577

Bài thuốc

DÂN GIAN GIA TRUY



577 BÀI THUỐC CHỮA TRỊ BỆNH THƯỜNG GẶP

ÂU ANH KHÂM

577 BÀI THUỐC CHỮA TRỊ BỆNH THƯỜNG GẶP

(tái bản lần 2)

Người dịch: NGUYỄN ĐÌNH NHỮ

NHÀ XUẤT BẢN THANH NIÊN

LỜI NÓI ĐẦU

Cùng với sự phát triển nền kinh tế chung của toàn xã hội là đời sống của con người được nâng cao rõ rệt. Nhưng kèm theo đó các loại bệnh cũng lại tăng lên và đa dạng hoá nhiều loại bệnh tật khác nhau.

Tại sao vậy? Ngành y học hiện đại ngày nay cũng đã tạo ra được những loại thuốc tân dược đặc trị hữu hiệu. Thế nhưng y học cổ truyền phương đông lại có tầm nhìn bao quát xâu xa hơn. Đó là việc nghiên cứu tìm ra nguyên nhân các loại bệnh, nguyên nhân của sự mất cân bằng sinh thái trong sức khoẻ cơ thể con người. Mà vấn đề ăn uống được đặt lên hàng đầu.

Trong ăn uống, các thức ăn động vật ngày càng được sử dụng nhiều hơn, cung cấp cho cơ thể hàm lượng đạm, chất béo một cách dồi dào, đầy đủ. Thế nhưng các thức ăn thực vật bao gồm rau, hoa quả... lại không được duy trì cân đối, sẽ dẫn đến thiếu hụt các loại vitamin, làm giảm sức đề kháng của cơ thể.

Các bài Thuốc Nam trong cuốn sách này dựa trên nguyên tắc quan trọng là bổ sung các khoáng

chất, các vitamin để tăng sức đề kháng của cơ thể. Ngăn ngừa và tiêu diệt các mầm bệnh của các loại bệnh tuỳ theo từng bài thuốc.

Kho tàng sách Thuốc hiện nay có rất nhiều loại. Nhưng để có những bài thuốc hữu hiệu và dễ kiếm thì cuốn sách "577 bài thuốc" này đã trở thành cẩm nang của nhiều bạn, nhiều gia đình. Để đáp ứng mong mỏi của nhiều người chúng tôi cho tái bản cuốn sách này với hy vọng sẽ đóng góp và đẩy lùi các căn bệnh bằng những bài Thuốc Nam đơn giản. Đặc biệt đối với vùng nông thôn mà "cây Thuốc ở quanh ta".

Trong lần tái bản này chúng tôi có đưa thêm vào phần phụ lục. "Phương pháp ăn uống để phòng và chống bệnh ung thư". Là phương pháp đang được áp dụng rộng rãi ở Nhật Bản và các nước tiên tiến khác.

Cuốn sách chắc chắn vẫn sẽ còn có những thiếu sót. Xin chân thành cảm ơn những ý kiến đóng góp quý báu của các bạn.

NHÀ XUẤT BẢN THANH NIÊN.

CHỮA TRỊ SỐT CAO BUỒN PHIỀN KHÁT NƯỚC

1. Cháo hẹ lá tre thạch cao

Chữa trị sốt cao (nhiệt độ cơ thể trên 390c).

Liều lượng cách dùng: Dùng 200g lá tre tươi, rửa sạch, 100g thạch cao sống, cho vào 500ml nước sắc kỹ lấy nước bỏ bã. Cho 100g gạo tẻ, dùng nước thuốc vừa sắc, nấu thành cháo. Mỗi ngày ăn 2-3 lần.

Công hiệu: Hạ hỏa, giải khát, giải phiền, bổ phổi.

Chú ý: Khi nào cơn sốt lui thì ngừng uống thuốc.

2. Nước giải khát ngũ vị

Chữa trị sốt cao.

Liều lượng, cách dùng: Nước quả lê, nước mã thầy, nước ngó sen, nước rễ lau sậy, nước mạch môn đông (hoặc nước mía) lượng các thứ bằng nhau, quấy đều, để lạnh uống.

Công hiệu: Thanh nhiệt, khỏi khát.

3. Rau gan chó, đường phèn

Chữa trị: Bệnh nhiệt và cảm cúm sốt cao.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 30-60gr rau gan chó, đường phèn vừa đủ. Sắc lấy nước uống, thay nước chè.

Công hiệu: Điều trị liên tục sẽ giúp làm lui cơn sốt.

4. Sừng sơn dương hầm với cây câu đằng

Chữa trị: Sốt cao.

Liều lượng, cách dùng: Sừng sơn dương 30g, cây câu đằng (cây song, cây mây) 6-10g. Cho nước vào sắc lấy nước uống.

Công hiệu: Thanh nhiệt, hết buồn phiền.

5. Bột sừng trâu

Chữa trị: Sốt cao.

Bột sừng trâu sắc đặc lấy nước uống. Uống mỗi ngày 1,5 - 3g, mỗi ngày uống 2 lần.

Công hiệu: Thanh nhiệt, cắt cơn ho.

6. Bột ngọc trai hòa sun-fat -nat-ri

Chữa trị: Sốt cao.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 3 con trai, nghiền nhỏ, hãm vào 1 bát nước sôi, sau đó cho 10gr sun-fat-nat-ri vào. Uống hết trong 1 lần.

Công hiệu: Thanh nhiệt, sinh huyết.

Chú ý: Phụ nữ có thai không được dùng.

7. Tầm, xác ve, ngân hoa

Chữa trị: sốt cao.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 9g con tằm, 3g xác ve nghiền thành bột. Lấy 15g ngân hoa, sắc lấy nước. Uống bột tằm, xác ve với ngân hoa. Nếu uống với nước sôi thì dùng 10g tằm, 12g xác ve.

Công hiệu: Thanh nhiệt, mát phổi.

8. Cá chuối

Chữa trị: Sốt cao.

Liều lượng, cách dùng: Cá chuối làm sạch, bỏ mật, nấu chín ăn.

Công hiệu: Thanh nhiệt, khỏi háo nước.

9. Mướp đắng, thịt lợn nạc

Chữa trị: Cảm nắng, khát nước.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 200g mướp đắng tươi, bỏ hột, thái miếng, thịt nạc 100g, thái miếng, cho nước vừa đủ, ninh nhừ, cho vào 1 ít muối. Ăn thịt, mướp đắng, uống nước.

Công hiệu: Giảm nhiệt hạ sốt, tăng cường khí huyết, hết cơn khát.

10. Mướp hầm thịt nạc

Chữa trị: Cảm nóng, khát nước.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 250g mướp cắt khúc, 200g thịt lợn nạc, thái nhỏ. Cho nước

vào vừa đủ, ninh nhừ, cho ít muài, ăn vào 2 bữa cơm.

Công hiệu: Thanh nhiệt, nhuận tràng, giải khát.

11. Đường trắng, bột củ ấu

Chữa trị: Sốt nóng, háo nước.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 30-50g bột củ ấu, đường trắng vừa đủ. Nấu thành cháo hột, ăn hết 1 lần.

Công hiệu: Giải nhiệt, hết cơn khát.

12. Bí đao, thịt lợn nạc

Chữa trị: Sốt nóng, háo nước.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 1 khoanh bí đao (khoảng 250g) gọt vỏ ngoài, thái lát, thịt lợn nạc 100g thái miếng. Ninh nhừ, cho vào ít muối ăn. Ăn cái, uống nước.

Công hiệu: Giải nhiệt, sinh huyết, bổ tì, khỏi háo nước.

II. CHỮA SỐT CAO SỢ GIÓ

13. Bột con trai biển, câu đằng

Chữa trị: Sốt cao, sợ gió.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi ngày dùng 10g bột con trai biển (sao khô tán bột) 15g câu đằng, sắc lấy nước uống.

14. Mật gấu

Chữa trị: Sốt cao, sợ gió.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 5 li mật gấu hòa với nước sôi uống.

15. Giun đất, đường trắng

Chữa trị: Sốt cao, sợ gió.

Liều lượng, cách dùng: Giun đất tươi, rửa sạch, cho vào ngâm với đường trắng (hoặc muối), lọc lấy nước uống.

16. Bột sừng sơn lương

Chữa trị: Sốt cao, sợ gió.

Liều lượng, cách dùng: Sừng sơn dương, sao khô, nghiền thành bột mỗi lần uống 2,5g, ngày uống 2 lần.

III. CHỮA SỐT NHẸ

17. Nước sơn dược

Chữa trị: Sốt nhẹ do âm hư, nóng trong (buổi chiều sốt đêm ra mồ hôi trộm, lòng bàn tay, bàn chân nóng, mất ngủ hay mơ, lưỡi đỏ, bựa lưỡi ít, mạch vi nhược).

Liều lượng, cách dùng: Dùng 100g củ sơn dược thái lát, sắc lấy 2 bát nước, uống thay nước chè.

Công hiệu: Chữa trị ho khan, sốt nhẹ (bệnh lao) tì vượng, ỉa chảy.

18. Nước mía, cháo gạo

Chữa trị: Sốt nhẹ do âm hư, nóng trong (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Lấy mía tươi, rửa sạch, ép lấy 100ml nước mía cho vào 100g gạo tẻ nấu cháo.

Công hiệu: Khỏi sốt, ra mồ hôi, khỏi ho.

Chú ý: Những người mắc chứng đái đường không được dùng.

19. Cháo lá sen

Chữa trị: Về mùa hè sốt nhẹ (mùa hè sốt nhẹ, sang thu mát dần tự khỏi, không ra mồ hôi, mệt mỏi, thân hình gày còm, lưỡi đỏ, bữa lưỡi vàng)

Liều lượng, cách dùng: Lấy 1 lá sen to tươi, rửa sạch, cho vào 500ml nước sắc kỹ gạn lấy nước, cho vào 100g gạo tẻ, một ít nước đường trắng nấu thành cháo. Ăn vào 2 buổi sáng, chiều.

Những người mắc chứng mùa hè sốt, huyết áp cao, mỡ trong máu nhiều, béo phì, đái đường dùng bài thuốc này rất tốt.

20. Bột sắn dây nấu cháo

Chữa trị: Mùa hè sốt nhẹ (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Củ sắn dây tươi, rửa sạch sát lấy bột. Cho 30g bột sắn 100g gạo tẻ nấu thành cháo. Ăn điểm tâm vào 2 buổi sáng, chiều.

Công hiệu: Chữa khỏi chứng mùa hè sốt, ngoại cảm sốt, khát nước.

Không phải kiêng kỵ gì, mọi lứa tuổi đều dùng được.

21. Hoàng kỳ, táo tàu, gạo

Chữa trị: Sốt nhẹ do khí huyết he (bệnh trạng: sau mệt nhọc, sốt nhẹ, nhức đầu, toát mồ hôi, dẫn đến cảm mạo, thân thể mệt mỏi, ăn ít, ỉa lỏng, nhạt miệng, bữa lưỡi trắng, mạch vi).

Liều lượng, cách dùng: Hoàng kỳ tươi 30g cam thảo 15gr, sắc lấy nước. Dùng 100g gạo tẻ, 10 quả táo, nấu thành cháo. Khi cháo chín nhừ, trộn nước thuốc vào quấy đều. Ăn vào 2 buổi: sáng, chiều.

Chữa chứng khí hư, sốt nóng rất hiệu quả.

Người già, người trung tuổi cơ thể suy nhược có thể dùng thường xuyên, có tác dụng chữa sốt nhẹ, chữa khí huyết hư, và tưng cường thể lực kéo dài tuổi thọ.

Chú ý: Người bị ngoại cảm, sốt nóng không được dùng.

22. Cháo sơn dược, ý dĩ, mứt hồng

Chữa trị: Sốt nhẹ do âm hư, nóng trong (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Sơn dược tươi 100g, ý dĩ tươi 100g, mứt hồng 30g. Trước hết, giã nát sơn dược, ý dĩ nấu thành cháo, sau đó cho mứt hồng vào quấy đều. Ăn thường xuyên.

Món cháo này dùng thích hợp với những người âm suy, tì phế hư, buổi chiều sốt nhẹ, ho khan, ít đờm, biếng ăn.

Chú ý: Những người âm hư, ra nhiều mồ hôi không nên dùng vì mứt hồng không có lợi cho chứng âm suy, ra mồ hôi nhiều.

23. Baba, bối mẫu, tri mẫu...

Chữa trị: Sốt cao.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 con Baba khoảng 500g, bỏ đầu, mật, gan, chặt miếng, trộn với bố mẫu, tri mẫu, tiền hồ, tử hồ, hạnh nhân mỗi thứ 5g, cho vào 1 ít rượu, muối. Hấp trong 1 tiếng, ăn nóng.

Công hiệu: Bổ âm, khỏi hư nhiệt.

IV. TRỊ BỐC NHIỆT

24. Chim khách, gà mái

Chữa trị: Bốc nhiệt.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 con chim

Liều lượng, cách dùng: Củ sắn dây tươi, rửa sạch sát lấy bột. Cho 30g bột sắn 100g gạo tẻ nấu thành cháo. Ăn điểm tâm vào 2 buổi sáng, chiều.

Công hiệu: Chữa khỏi chứng mùa hè sốt, ngoại cảm sốt, khát nước.

Không phải kiêng kỵ gì, mọi lứa tuổi đều dùng được.

21. Hoàng kỳ, táo tàu, gạo

Chữa trị: Sốt nhẹ do khí huyết he (bệnh trạng: sau mệt nhọc, sốt nhẹ, nhức đầu, toát mồ hôi, dẫn đến cảm mạo, thân thể mệt mỏi, ăn ít, ỉa lỏng, nhạt miệng, bữa lưỡi trắng, mạch vi).

Liều lượng, cách dùng: Hoàng kỳ tươi 30g cam thảo 15gr, sắc lấy nước. Dùng 100g gạo tẻ, 10 quả táo, nấu thành cháo. Khi cháo chín nhừ, trộn nước thuốc vào quấy đều. Ăn vào 2 buổi: sáng, chiều.

Chữa chứng khí hư, sốt nóng rất hiệu quả.

Người già, người trung tuổi cơ thể suy nhược có thể dùng thường xuyên, có tác dụng chữa sốt nhẹ, chữa khí huyết hư, và tưng cường thể lực kéo dài tuổi thọ.

Chú ý: Người bị ngoại cảm, sốt nóng không được dùng.

22. Cháo sơn dược, ý dĩ, mứt hồng

Chữa trị: Sốt nhẹ do âm hư, nóng trong (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Sơn dược tươi 100g, ý dĩ tươi 100g, mứt hồng 30g. Trước hết, giã nát sơn dược, ý dĩ nấu thành cháo, sau đó cho mứt hồng vào quấy đều. Ăn thường xuyên.

Món cháo này dùng thích hợp với những người âm suy, tì phế hư, buổi chiều sốt nhẹ, ho khan, ít đờm, biếng ăn.

Chú ý: Những người âm hư, ra nhiều mồ hôi không nên dùng vì mứt hồng không có lợi cho chứng âm suy, ra mồ hôi nhiều.

23. Baba, bối mẫu, tri mẫu...

Chữa trị: Sốt cao.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 con Baba khoảng 500g, bỏ đầu, mật, gan, chặt miếng, trộn với bố mẫu, tri mẫu, tiền hồ, tử hồ, hạnh nhân mỗi thứ 5g, cho vào 1 ít rượu, muối. Hấp trong 1 tiếng, ăn nóng.

Công hiệu: Bổ âm, khỏi hư nhiệt.

IV. TRỊ BỐC NHIỆT

24. Chim khách, gà mái

Chữa trị: Bốc nhiệt.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 con chim

khách, 1 con gà mái (bỏ lông, ruột). Hầm nhừ (không cho muối). Ăn hết thịt trong ngày.

Mang tất cả xương gà, chim sao khô tán thành bột, chia làm 3 lần. Uống hết với rượu trong ngày. Điều trị liên tục 3 ngày.

25. Sứa biển

Chữa trị: Bốc nhiệt.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 50-100g sứa, nấu chín ăn hoặc làm thức ăn với cơm.

Công hiệu: Chữa khỏi âm hư, bốc nhiệt, háo nước, khô cổ.

26. Thịt sò biển

Chữa trị :Bốc nhiệt.

Liều lượng, cách dùng: Thịt sò nấu chín ăn, có tác dụng bổ dưỡng, thanh nhiệt.

27. Hải sâm, mộc nhĩ, ruột lợn

Chữa trị: Bốc nhiệt.

Liều lượng, cách dùng: Hải sâm, mộc nhĩ (thái nhỏ) nhồi vào khúc ruột già lợn, luộc chín kỹ.

28. Tiết Baba hòa rượu

Chữa trị: Bốc nhiệt.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 con ba ba còn sống, cắt tiết lấy máu hòa vào rượu nóng uống.

29. Cây thanh hao ngâm rượu

Chữa trị: Sốt rét (sốt cao, rét dữ từng cơn).

Liều lượng, cách dùng: Dùng 100gr cây thanh hao tươi, giã vắt lấy nước (hoặc 200gr thanh hao khô sắc lấy nước, bỏ bã).

Lấy 500g gạo nếp hoà vào nước thanh hao nấu thành cơm nếp. Để nguội, rắc men rượu ủ thành rượu. Hàng ngày ăn vào các bữa cơm.

Công hiệu: Hòa giải thiểu dương, tán hàn thành nhiệt.

V. CHỮA HO RA MÁU

30. Bột cây huệ khô nấu cháo

Chữa trị: Ho ra máu (khi ho ít có những sợi máu nhỏ lẫn trong đờm, khi ho nhiều thì thường có cục máu, phần lớn do lao phổi, giãn khí quản...).

Liều lượng, cách dùng: Dùng 30g bột cây huệ (tươi thì lượng gấp đôi), 100g gạo, cho vào 1 ít đường phèn, nấu thành cháo. Ăn vào 2 bữa sáng, chiều.

Thích hợp chữa trị phổi nóng ho ra máu.

Chú ý: Người già tì vị hư hàn không được dùng kéo dài.

31. Mộc nhĩ trắng, táo tầu

Chữa trị: Ho ra máu (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Lấy 10g mộc nhĩ trắng rửa sạch, ngâm trong nước nóng 4 tiếng. Dùng 100g gạo tẻ, 5 quả táo, cho nước vừa đủ, đun sôi, sau đó cho mộc nhĩ, đường phèn vào nấu thành cháo. Ăn cháo vào 2 buổi: sáng, chiều.

Công hiệu: Chữa lao, ho ra máu.

Những người bị phong hàn cảm mạo tạm ngừng sử dụng bài thuốc này.

32. Rễ cỏ tranh, nước ngó sen.

Chữa trị: Ho ra máu (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Dùng 150g rễ cỏ tranh tươi thái nhỏ, 200g ngó sen tươi thái lát. Sắc lấy nước uống. Mỗi ngày uống 4-5 lần.

Những người đi ỉa lỏng, giảm lượng rễ cỏ trang, cho vào 30g bột dược, cho vào nước thuốc sắc lên, uống thay nước chè.

Chữa trị lao lực, ho trong đờm có máu. Những người máu nóng, ho ra máu nhiều thì thêm vào 100g rễ cây đại kế.

33. Nam hạnh nhân, tang bạch (vỏ rễ dâu) nấu với phổi lợn

Chữa trị: Lao phổi ho ra máu.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 15-20g hạnh nhân, đường 15g, vỏ rễ cây, phổi lợn 150g. Ninh nhừ, ăn vào 2 bữa cơm.

Công hiệu: Mát phổi, khỏi ho ra máu.

Chú ý: Không dùng hạnh nhân trắng (bắc hạnh nhân)

34. Bạnh lan hoa, thịt lợn nạc

Chữa trị: Bệnh lao phổi ho ra máu

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 30g thịt lợn nạc. Ninh nhừ, cho muối vào ăn cái, uống nước.

Công hiệu: Bổ phổi, tiêu đờm, giảm sốt, khỏi ho, mát máu, ngừng chảy máu.

35. Hoài sơn, phổi lợn

Chữa trị: Lao phổi ho trong đờm có máu.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 60g hoài sơn, 150g phổi lợn. Cho nước, muối vừa đủ, ninh nhừ ăn.

Công hiệu: Bổ phổi, tiêu đờm, cầm máu.

36. Mộc nhĩ, đường phèn

Chữa trị: Lao phổi, ho ra máu.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 10-15gr mộc nhĩ, rửa sạch ngâm vào nước sôi khoảng 1 tiếng. Mộc nhĩ trộn với đường phèn, hấp cách thuỷ từ 2-3 tiếng. Ăn mộc nhĩ, uống nước.

Công hiệu: Bổ âm, nhuận phổi, sinh huyết, cầm máu.

37. Đông trùng hạ thảo, vịt hấp cách thuỷ

Chữa trị: Lao phổi, ho trong đờm có máu.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 1 con vịt, làm sạch cho đông trùng hạ thảo vào bụng vịt. Hấp cách thuỷ cho đến khi chín nhừ, cho ít muối vào. Ăn thịt, uống nước.

Công hiệu: Mát bổ tim phổi, tiêu đờm, cầm máu.

38. Sa sâm, đông trùng hạ thảo, thịt rùa

Chữa trị: Lao phổi ho ra máu.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 60gr sa sâm, 10g đông trùng hạ thảo 1 đến 2 con rùa. Rùa làm thịt, bỏ ruột, gan, để nguyên mai rùa, ninh nhừ với sâm, đông trùng hạ thảo. Cho ít muối, dầu vào. Ăn thịt uống nước.

Công hiệu: Bổ âm, bổ máu, bổ phổi, cầm máu.

39. Sa sâm, trứng gà

Chữa trị: Lao phổi ho ra máu.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 30gr sa sâm, 2 qủa trứng gà, cho vào 2 bát nước đun sôi, trứng chín, bóc bỏ vỏ, tiếp tục đun sôi nửa tiếng nữa, cho đường trắng vào quấy đều. Ăn trứng, uống nước.

Công hiệu: Bổ âm, mát phổi, tiêu đờm, cầm máu.

40. Hoàng tinh, đường phèn

Chữa trị: Lao phổi, ho ra máu.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 30-60g hoàng tinh, 30 - 50g đường phèn, cho vào 1 bát nước, hấp cách thuỷ 2 tiếng, uống nước.

Công hiệu: Mát tim phổi, khỏi ho, cầm máu.

41. Tam thất, ngó sen, trứng gà

Chữa trị: Lao phổi, ho ra máu.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 1 quả trứng gà, đập vào cái bát, cho vào 30gr nước ngó sen, 3g bột tâm thất, 1 ít đường trắng, quấy đều.

Hấp cách thủy cho đến khi chín.

Công hiệu: Mát phổi, cầm máu.

42. Tổ yến, bạch cập

Chữa trị: Ho ra máu.

Liều lượng, cách dùng: Tổ yến, bạch cập mỗi thứ 6g. Đun nhỏ lửa hầm kỹ. Lọc chất lấy nước, cho đường phèn vào hấp tiếp ít phút.

Hàng ngày vào buổi sáng, chiều uống 1 lần.

VI. TRỊ BỔ HUYẾT - XUẤT HUYẾT

43. Ngó sen, trắc bạch diệp

Chữa trị: Thổ huyết (nôn ra máu, thường có mầu đỏ sẫm, có lẫn cặn bã thức ăn, vì máu từ trong dạ dày ra, phần lớn do trong dạ dày tích nhiệt, hoặc gan nóng ảnh hưởng đến dạ dày.

Loét dạ dày chảy máu và thực quản chảy máu đều thuộc loại này.

Liều lượng, cách dùng: Ngó sen tươi 500 gr, trắc bạch diệp 100g, giã nát vắt lấy nước, hòa với nước sôi uống.

Mỗi ngày uống 3-4 lần.

Điều trị có hiệu quả đối với chứng vị nhiệt xuất huyết (dạ dày)

Chú ý: những người vì hạn (dạ lạnh) không được dùng.

Cầm máu rồi thì không được điều trị tiếp.

44. Trắc bạch diệp, gạo tẻ

Chữa trị: Thổ huyết (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Dùng 500g trắc bạch diệp, rửa sạch, giã chất lấy nước, cho vào gạo tẻ nấu cháo. Cháo chín cho vào ít đường đỏ, quấy đều, ăn hết 1 lần.

Công hiệu: Khỏi nôn ra máu, ỉa ra máu.

45. Lá sen, đường phèn

Chữa trị: Thổ huyết (bệnh trạng như trên).

Dùng 1 lá sen tươi to, giã vắt lấy nước, hòa với đường phèn. Mỗi lần uống 150 -200ml, ngày uống 3 lần.

Công hiệu: Mát máu, cầm máu. Thích hợp với người thổ huyết do máu nhiệt.

46. Tam thất, ngó sen, trứng gà

Chữa trị: Thổ huyết (bệnh trạng như trên). Liều lượng, cách dùng: Ngó sen tươi, vắt lấy 1 cốc nước, cho thêm nước lã, đem đun sôi. Cho vào 5g bột tam thất, 1 quả trứng gà, 1 ít muối, quấy đều, đem đun sôi là được.

Ăn vào 2 bữa cơm hàng ngày. Người bị chảy máu dạ dày, uống nóng là tốt nhất.

Công hiệu: Cầm máu, mát máu, tiêu đờm.

47. Bánh bột nếp, ngó sen

Chữa trị: Thổ huyết (thổ huyết thường xuyên hoặc lúc ho mới thổ).

Liều lượng, cách dùng: Bột ngó sen, bột gạo nếp, đường trắng mỗi thứ 250g. Cho nước vừa đủ, nhào bột, làm thành bánh, hấp chín.

Công hiệu: Mát máu, cầm máu. Còn có tác dụng chữa thổ huyết, đại tiểu tiện ra máu, đổ máu mũi, suy nhược, kém ăn...

48. Ngó sen, mật ong

Chữa trị: Chảy máu (chảy máu thường xuyên, không phải do vết thương bên ngoài, thường là chảy máu chân răng chảy máu mũi, chảy máu dưới da... Bệnh trạng, da xanh xao, nhức đầu, tim đập loạn nhịp, mệt mỏi, nhạt miệng mạch yếu.

Liều lượng, cách dùng: Ngó sen tươi ép lấy 150ml nước, cho vào 30gr mật ong, quấy đều uống.

Mỗi ngày uống 2 lần. Điều trị liên tục nhiều ngày.

Công hiệu: Khỏi bệnh chảy máu mũi, già trẻ đều dùng được, không phải kiêng kỵ gì.

49. Canh cải hoa vàng và rễ cỏ tranh

Chữa trị: Chảy máu (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Hoa cải vàng (khô) 100g, rễ cỏ tranh 50g. Cho vào 200ml nước, sắc kỹ lấy nước uống.

Mỗi ngày uống 2-3 lần.

Công hiệu: Chữa khỏi nôn ra máu, ho ra máu.

Chú ý: Bài thuốc có vị hoa cải vàng khô, nhưng người hay bị dị ứng không nên dùng.

50. Nước củ cải, đường phèn

Chữa trị: Nôn ra máu (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Củ cải trắng rửa sạch, ép

ra nước, cho đường phèn vừa đủ, quấy đều. Mỗi lần uống 100ml. Mỗi ngày uống 3 lần.

Những người suy nhược, mắc chứng huyết dịch khi bị chảy máu mũi không được dùng bài thuốc này.

51. Canh đậu phụ, thạch cao

Chữa trị: Nôn ra máu (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Thạch cao sống 500g, đậu phụ 200g. Cho vào 500ml nước, quấy đều, đun sôi trong 1 tiếng. Cho ít muối vào. Ăn đậu phụ, uống nước canh.

Công hiệu: Cầm máu.

Chú ý: Những người sốt không nên dùng.

52. Bì lợn, táo tầu

Chữa trị: Chảy máu (bênh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Lấy 500g bì lợn, tươi, nước vừa đủ, nấu thành canh, cho vào 250g táo. Đun nhỏ lửa. Khi bì lợn chín nhừ, cho vào ít đường. Mỗi ngày ăn 1 lần.

Công hiệu: chữa khỏi chảy máu chân răng, chảy máu cam, chảy máu dưới da do tiểu cầu giảm hay bệnh máu chậm đông gây ra. Nhưng phải điều trị thường xuyên, sáu tháng 1 liệu trình.

53. Ngó sen, táo tầu, cây tế thái

Chữa trị: Xuất huyết (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Rau tế thái tươi 60gr,

ngó sen tươi 20gr, táo 5 quả. Cho vào 2 bát nước sắc lấy 1 bát. Ăn táo uống nước, mỗi ngày 2 lần.

Công hiệu: Chữa khỏi chảy máu mũi, chảy máu chân răng do huyết hư, sinh nhiệt gây ra.

Người lớn, trẻ đều dùng được, không phải kiêng.

54. Ấu trùng ong, đường trắng

Chữa trị: Xuất huyết.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 3-5 con ấu trùng ong, một ít đường trắng. ấu trùng chấm đường ăn. Ăn 1-2 lần sẽ khỏi bệnh.

55. Uống tiết dê

Chữa trị: Xuất huyết.

Liều lượng, cách dùng: Tiết dê uống nóng 1-2 cốc nhỏ. Các loại xuất huyết đều khỏi.

56. Bạch cập, bao trứng bọ ngựa

Chữa trị: Xuất huyết.

Liều lượng, cách dùng: Bao trứng sao vàn tán thành bột. Mỗi lần dùng 3g, mỗi ngày 3 lần. Dùng 18gr bạch cập, sắc lấy nước. Bột bọ ngựa uống với nước bạch cập.

Công hiệu: Chữa xuất huyết dạ dầy, phổi đều có hiệu quả.

57. Cá mực

Chữa trị: Xuất huyết.

Liều lượng, cách dùng: Lấy nước đen trong túi cá mực, đun rất nhỏ lửa, cô lấy bột. Mỗi lần uống 1-2 g. Mỗi ngày uống 3 lần.

Công hiệu: Xuất huyết dạ dày, xuất huyết bệnh phụ khoa đều dùng có hiệu quả.

VII. CHỮA CHẢY MÁU MŨI, VIÊM MŨI

58. Ngó sen, lá hẹ

Chữa trị: Chảy máu mũi.

Liều lượng, cách dùng: Nước ngó sen 1 cốc, nước lá hẹ 1 cốc. Hâm nóng, uống hết 1 lần.

Công hiệu: Thanh nhiệt, điều hòa máu, cầm máu.

59. Cá nheo hấp xôi

Chữa trị: Chảy máu mũi.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 3 con cá nheo, 200g gạo nếp. Trước hết đem gạo nếp thổi xôi. Cá nheo rửa sạch bỏ ruột, hấp trên nồi xôi. Khi chín nhừ, ăn nóng.

Công hiệu: Mát máu, cầm máu.

60. Rễ cỏ tranh, nước mía

Chữa trị: Chảy máu mũi.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 50-120 rễ cỏ tranh, 100-130g mía. Sắc lấy nước uống, thay nước chè.

Nếu người có mắc chứng viêm thận, thì dùng đoạn mía còn bọc trong lá tốt nhất.

Công hiệu: Mát máu, cầm máu.

61. Cá nheo hầm với đậu đen

Chữa trị: Chảy máu mũi.

Liều lượng, cách dùng: Cá nheo vài con, đậu đen 50-100g, nấu chín ăn nóng.

62. Đường trắng, trứng gà

Chữa trị: Chảy máu mũi.

Liều lượng, cách dùng: Trứng gà vỏ trắng 2 quả, đường trắng 50g quấy đều, đun sôi. Mỗi ngày uống 2 lần.

63. Xơ mướp

Chữa trị: Mũi ung nhọt, chảy nước vàng mùi hôi.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 2 quả xơ mướp, sao vàng tán thành bột. Mỗi lần ướp 15gr. Hàng ngày uống với nước sôi vào 2 buổi sáng, chiều.

Công hiệu: Giải độc, tiêu viêm.

64. Tam hoa, nhị tử thang

Chữa trị: Viêm mũi.

Liều lượng, cách dùng: Hoa kim ngân, hoa hoàn phụ, hoa tan di, thương nhĩ tử, man kinh tử mỗi loại 10g. Sắc kỹ, lấy nước uống. Mỗi lần uống 1 thang, uống liên tục 2-3 lần.

Công hiệu: Giải độc, tiêu viêm.

65. Hoa tân di, trứng gà

Chữa trị: Viêm mũi mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 10-12g hoa tân di, 2 quả trứng gà. Trứng gà luộc chín, bóc bỏ vỏ, thái lát, nấu lẫn với hoa tan di.

Công hiệu: Giải độc, tiêu viêm.

66 Cỏ phượng vĩ, hải đới

Chữa trị: Máu nóng, chảy máu mũi.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 30g cỏ phượng vĩ tươi, 30g hải đới. Cho vào 3 bát nước, sắc lấy 1 bát, cho vào 1 ít muối. Uống hết trong ngày.

Công hiệu: Thanh nhiệt, mát máu.

67. Tổ ong

Chữa trị: Viêm mũi.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 1 miếng tổ ong, nhai thường xuyên, cứ nhai 10 phút lại nhả bã ra. Mỗi ngày

nhai 3 lần.

VIII. CHỮA ĐI ỈA RA MÁU

68. Sơn dược, tam thất, long nhãn, gừng nước

Chữa trị: đi ỉa ra máu do hư hàn (tì vị hư hàn, không thông huyết, máy chảy trong ruột, do ỉa trước ra máu sau, máu có mầu sẫm, da xanh xao, thần sắc mệt mỏi, đau bụng, ỉa lỏng, nhạt miệng mạch vi).

Liều lượng, cách dùng: Dùng 100g sơn dược giã nát 20g long nhãn, 6g gừng nướng, 10g bột tam thất, cho gừng, long nhãn vào nấu sôi trong 30 phút, vớt bã gừng ra, tiếp tục cho sơn dược, tam thất vào đun nhỏ lửa, sắc kỹ. Mỗi ngày uống 2-3 lần.

Công hiệu: Chữa khỏi bệnh đi ỉa ra máu do tì vị hư hàn.

Chú ý: Bài thuốc dược tính thiên về ôn, nên những người ỉa ra máu do thấp nhiệt không được dùng bài thuốc này.

69. Mộc nhĩ, táo tầu, gạo tẻ

Chữa trị: Đi ỉa ra máu do thấp nhiệt (thường hay uống rượu, ăn cay, thấp nhiệt chứa trĩ bên trong tích nhiệt dẫn đến đại tràng, đốt nóng thần

kinh thông ruột, chảy máu trước đi ỉa sau, máu màu đỏ, miệng khô, bựa lưỡi vàng, mạch nhu).

Liều lượng, cách dùng: Lấy mộc nhĩ đem 30g, ngâm nước sôi trong 1 tiếng. Lấy 100g gạo tẻ, 5 quả táo và 1 ít đường đỏ, cho mộc nhĩ đã ngâm rửa sạch vào và nấu thành cháo. Ăn vào 2 bữa sáng, chiều.

Công hiệu: Bổ tì, cầm máu.

Chú ý: Những người bị phong hàn cảm mạo, họ không được dùng bài thuốc này.

70. Mộc nhĩ, táo tầu

Chữa trị: Đi ỉa ra máu to thấp nhiệt (bên trong như trên)

Liều lượng, cách dùng: Mộc nhĩ đen 15-30gr, táo 20-30 quả.

Sắc lấy nước uống, mỗi ngày 1 lần. Điều trị liên tục nhiều ngày.

Công hiệu: Chữa đi ỉa ra máu, bệnh trĩ chảy máu đều có hiệu quả.

Chú ý: Những người phong hàn cảm mạo không được dùng bài thuốc này.

71. Hoa mào gà trắng, trứng ô-mơ-lết

Chữa trị: Đi ỉa ra máu do thấp nhiệt (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Hoa màu gà trắng 30g,

cho vào 500ml nước, sắc lấy 300ml, bỏ bã. Lấy 1 quả trứng gà đập vào thành trứng ô-mơ-lết, cho vào 1 lít đường trắng. Mỗi ngày ăn 1 lần: Khỏi chứng đi ỉa ra máu.

72. Cuống lá sen

Chữa trị: Đi ỉa ra máu.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 5 cuống lá sen tươi, bỏ cọng, rửa sạch, cắt nhỏ. Sắc trong 1 tiếng, lấy nước; pha vào 1 ít đường, uống nóng. Mỗi ngày uống 2-3 lần.

Công hiệu: Thanh nhiệt, cầm máu

IX. CHỮA ĐÁI RA MÁU

73. Nấu canh trứng gà với rau tế thái

Chữa trị: Đái ra máu (đi đái nóng, đái dắt, đau buốt hoặc trong nước đái có lẫn máu hoặc cục, phần nhiều do thận và bàng quang tính nhiệt gây nên).

Liều lượng, cách dùng: Rau tế thái tươi 200g, cho vào 2 bát nước. Sắc lấy 1 bát, đập vào 1 quả trứng gà, trứng chín, cho muối, quấy đều. Ăn trứng, rau, uống nước. Mỗi ngày ăn 2 lần. Liệu trình 1 tháng, có thể ăn vào bữa cơm; không phải kiêng kỵ gì.

Công hiệu: Mát máu, cầm máu, chữa lao thận, đái ra máu.

74. Cây bấc đèn, sắc với mứt quả hồng

Chữa trị: Đái ra máu (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Dùng 6g, cho vào ít đường trắng. Uống nóng, ăn quả hồng. Mỗi ngày 2 lần.

Công hiệu: Chữa huyết áp cao, đái ra máu và phụ nữ băng huyết rất hiệu nghiệm.

75. Rau dền dại xa tiền thảo

Chữa trị: Đái ra máu (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Rau dền dại (để cả rễ), xa tiền thảo mỗi thứ 50gr, cho vào 500ml, sắc kỹ, cho vào ít đường trắng. Dùng làm nước uống hàng ngày. Uống liên tục nhiều ngày.

Công hiệu: Mát máu, cầm máu, chữa đái ra máu do viêm đường tiết niệu.

76. Lá tre, bạch mau căn (rễ cỏ tranh)

Chữa trị: Đái ra máu (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Dùng lá tre sao vàng, rễ cỏ tranh mỗi thứ 10g. Hãm với nước sôi trong 1 tiếng, uống thay nước chè.

Công hiệu: Mát máu, cầm máu.

77. Canh rau hẹ, tiết lợn

Chữa trị : Đái ra máu, đau đường tiết niệu.

Liều lượng, cách dùng: Rau hẹ 250g, tiết lợn

250gr. Luộc chín ăn.

Công hiệu: Bổ máu, mát máu, cầm máu, giảm đau.

78. Cỏ phượng vĩ nấu với nước gạo

Chữa trị: Đau đường tiết niệu, đái ra máu.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng cỏ phượng vĩ tươi 60g (khô thì dùng 30g). Lấy 3 bát nước vo gạo (nước thứ 2), sắc lấy 1 bát, cho vào ít muối để uống.

Công hiệu: Thanh nhiệt, mát máu, cầm máu, giảm đu.

79. Xa tiền thảo

Chữa trị: Bệnh lậu đái buốt ra máu.

Liều lượng, cách dùng: Xa tiền thảo để nguyên rễ, rửa sạch, giã nát, vắt lấy 1 bát nước, quấy vào 1 thìa mật ong. Uống lúc đói bụng. Điều trị liên tục sẽ khỏi.

80. Đậu giá đậu xanh, đường trắng

Chữa trị; Bệnh lậu đái dắt, đái nhiều lần, đau bụng dưới, đau đường tiết niệu.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1/ 2 kg giá đậu xanh ép lấy nước, pha với đường trắng để uống.

Công hiệu: Lợi tiểu, thông lậu.

81. Rễ, lá ngô

Chữa trị: Bệnh lậu, đái ra nước như có sạn, đau

buốt đường tiết niệu.

Liều lượng, cách dùng: Lấy lá ngô, rễ cây ngô sắc lấy nước uống, uống thay nước chè hàng ngày.

Công hiệu: Lợi tiểu, giảm đau, thông lậu.

82. Ngó sen tươi nấu với bí đao

Chữa trị: Bệnh lậu (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Ngó sen tươi 100g, bí đao 1 quả, nấu lấy nước uống, thường xuyên.

Công hiệu: Thông lậu, giảm đau, cầm máu.

X. CHỮA CHẢY MÁU TỬ CUNG

83. Mộc nhĩ đen sắc với đường đỏ

Chữa trị: Chảy máu tử cung (chảy máu tử cung thường do máu nóng, tì hư. Máu nóng ra nhiều, màu đỏ sẫm. Mặt đỏ, miệng khô, bựa lưỡi vàng, mạch hồng).

Liều lượng, cách dùng: Mộc nhĩ đen 30g, đun nhỏ lửa, sắc kỹ. Cho vào 20g đường đỏ, chia 2 phần, ăn hết trong ngày.

Công hiệu: Bổ máu, cầm máu.

Chú ý: Người mắc chứng ỉa chảy không được dùng.

84. Vẩy cá chép, rượu

Chữa trị: Chảy máu tử cung (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Vẩy cá chép 200g, cho nước vừa đủ, đun nhỏ lửa, sắc kỹ cho đến khi thành cao. Mỗi ngày dùng 60g. Uống với rượu hâm nóng. Mỗi ngày uống 2 lần.

Công hiệu: Tiêu máu đọng, bổ máu, cầm máu.

85. Cá diếc, đương qui

Chữa trị; Chảy máu tử cung (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Lấy 1 con cá diếc khoảng 250g, bỏ mật giữ vẩy, rửa sạch, lấy 10g đương qui, 3g nhũ hương cho vào trong bụng cá. Dùng đất sạch, dẻo bọc kín cá, đem nướng cháy, bỏ đất, lấy than cá tán thành bột. Mỗi ngày lấy 3g bột cá, hòa với rượu hâm nóng uống.

Công hiệu: Làm tan máu tụ, bổ máu sinh máu, cầm máu.

86. Gà đen, lá ngải

Chữa trị: Chảy máu tử cung (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Đem 1 con gà đen, không cắt tiết, làm sạch lông, bỏ mật, dùng 20g lá ngải, 30ml rượu trắng, 1 cốc nước. Đem gà, lá

ngải... hấp cách thủy cho đến khi chín kỹ. Ăn thịt, uống nước. Hoặc có thể cho vào cho vào ít muối để ăn với cơm.

Công hiệu: Tăng cường khí huyết, ôn trung.

Chuyên trị băng huyết do hư hàn.

Chú ý: - Những người rối loạn hành kinh, máu nóng không được dùng bài thuốc này.

87. Cây đại kế (hoàng tiểu kế)

Chữa trị: Tử cung chảy máu (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Dùng 250g cây đại kế (hoặc tiểu kế), rửa sạch thái nhỏ. Cho nước vào, đun nhỏ lửa, sắc trong 1 tiếng, vớt bỏ bã. Tiếp tục đun nhỏ lửa, cô đặc nước thuốc. Để thuốc nguội, cho vào 500g đường trắng, quấy đều, để nguội cho vào lọ (hoặc bình thủy tinh) dùng dần.

Mỗi lần uống 10g với nước sôi. Mỗi ngày uống 3 lần.

Công hiệu: Chữa khỏi chứng thổ huyết, bang huyết, thích hợp với người có máu nóng.

88. Bách thảo sương, đường trắng

Chữa trị: Tử cung chảy máu.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 50g bách thảo sương 100g cám, 250g đường đỏ. Cho nước sôi vào, nhào nặn thành bánh, mỗi chiếc 100g nướng chín.

Mỗi buổi sáng ăn 1 chiếc (ăn lúc đói).

Công hiệu: Cầm máu.

89. Mộc nhĩ trắng, đường đỏ

Chữa trị: tử cung chảy máu.

Liều lượng, cách dùng: Đun mộc nhĩ trắng, đường đỏ, đun nhỏ lửa, sắc kỹ. Ăn thường xuyên, hoặc ăn vào 2 bữa cơm.

Công hiệu: Bổ âm, cầm máu.

90. Quả hồng khô, rượu nếp

Chữa trị: Tử cung chảy máu.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 60-120g quả hồng khô, rang ròn, tán nhỏ. Uống với rượu nếp.

Công hiệu: Cầm máu.

91. Bột mực

Chữa trị: Chảy máu tử cung.

Liều lượng, cách dùng: Lấy túi mực của sao khô, nghiền thành bột. Mỗi lần uống 1g; mỗi ngày uống 2 lần

Công hiệu: Bổ hư, cầm máu.

92. Trứng gà, thủy trạch lan (bác cốt lan)

Chữa trị: Chảy máu tử cung.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 25-50g lá thủy

trạch lan, thái nhỏ, nấu với 1 quả trứng gà ăn.

XI. CHỮA VIÊM LOÉT DẠ DÀY VÀ TÁ TRÀNG

93. Mật ong, hoa hồng

Chữa trị: Loét dạ dày, tá tràng (Bệnh trạng loét dạ dày: vùng bụng trên đau, có cảm giác trướng đầy, đau tức, phía bên trái bụng. Cơn đau thường phát sinh sau bữa ăn từ 1 tiếng đến tiếng rưỡi, và đau kéo dài 1-2 tiếng, sau đó giảm dần.

Đau loét tá tràng ở phía bên phải bụng, cơn đau sau bữa ăn 3-4 tiếng, có khi đau lúc nửa đêm. Ngoài ra còn ợ chua, đầy hơi, buồn nôn, thổ huyết).

Liều lượng, cách dùng: Hoa hồng 5g, hòa trong nước sôi 10 phút. Cho mật ong và đường đỏ vào, uống dần.

Công hiệu: Giảm chua, lợi tràng, giảm đau, khỏi loét.

94. Đậu phụ, đường đỏ

Chữa trị: Dạ dày, tá tràng loét chảy máu.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi ngày dùng 2-4 tám đậu phụ, 60g đường. Cho vào bát nước, nấu sôi chín trong 10 phút. Ăn với cơm.

Công hiệu: Giảm chua, cầm máu.

95. Bột tam thất, ngó sen, trứng gà

Chữa trị: Dạ dày, tá tràng loét, chảy máu.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 1 quả trứng gà đập vào trộn với 30 ml nước ngó sen, 3g bột tam thất. Hấp cách thủy.

Công hiệu: Cầm máu, giảm đau, tan huyết tụ.

96. Cây sen cạn, táo tầu

Chữa trị: Dạ dày, tá tràng loét, chảy máu.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 50g, cây sen cạn, 8-10 quả táo. Cho vào 2 bát nước, sắc lấy 1 bát, bỏ bã, uống nước.

Công hiệu: Bổ thận, bổ huyết, bổ dạ dày, cầm máu.

97. Gừng tươi, lá hẹ, sữa bò

Chữa trị: Dạ dày loét do vị hàn.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 250g lá hẹ, 25g gừng tươi, rửa sạch thái nhỏ, giã vắt lấy nước, hòa vào 250g sữa bò (hoặc 2 thìa sữa bột), đun sôi, ăn nóng.

Công hiệu: Chữa khỏi chứng viêm dạ dạy, đau dạ dày, buồn nôn, thổ huyết.

98. Nước khoai tây

Chữa trị: Loét dạ dày do tiêu hóa.

Liều lượng, cách dùng: Khoai tây tươi để nguyên vỏ, ép lấy nước. Hàng ngày, sáng sớm, lúc còn đói uống 1-2 thìa nước khoai tây (khoảng 50-100ml).

Công hiệu: Kiên tì, ách khí, táo bón.

99. Mật ong

Chữa trị: Loét dạ dày.

Liều lượng, cách dùng: Mật ong 150g, hấp nóng. Uống mỗi ngày 3 lần trước bữa ăn.

Công hiệu: Bổ dưỡng, giảm đau, khỏi loét

100. Cao sứa biển, táo tầu, đường đỏ

Chữa trị: Loét dạ dày, tá tràng.

Liều lượng, cách dùng: Sứa biển, táo mỗi thứ 500g, đường đỏ 250g, ninh nhừ, cô đặc thành cao.

Mỗi lần uống 1 thìa, mỗi ngày 2 lần.

101. Mật ong, cam thảo, trần bì

Chữa trị: Loét dạ dày, tá tràng.

Liều lượng, cách dùng: Mật ong 90 gr, cam thảo tươi 15g, trần bì 10g, nước vừa đủ. Sắc kỹ cam thảo, trần bì, sau đó quấy mật ong vào. Ngày uống 3 lần.

102. Cháo gạo nếp

Chữa trị : Loét dạ dày.

Liều lượng, cách dùng: Gạo nếp, nho khô vừa đủ, nấu thành cháo. Mỗi buổi sáng, chiều ăn 1 lần.

Công hiệu: Bổ tì vị khỏi loét.

103. Thịt mèo

Chữa trị: Loét dạ dày, tá tràng mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Làm thịt mèo, làm sạch lông, bỏ ruột. Ninh nhừ, cho vào ít rượu, muối ăn.

Ăn liên tục 2-3 con sẽ có hiệu quả.

104. Nước gừng, sữa bò

Chữa trị: Đau dạ dày do hư hàn.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 150-200g sữa bò, một thìa nước gừng, 1 ít đường trắng. Hấp cách thủy, ăn hết 1 lần.

Công hiệu: Giảm đau, ấm dạ. Còn có tác dụng chữa nghẹn, nôn, ợ chua.

105. Đảng sâm, gạo

Chữa trị: Viêm dạ dày mạn tính, loét tá tràng.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 10-15g

đảng sâm, gạo 30g sao vàng. Cho vào 4 bát nước, sắc lấy 1 bát rưỡi, uống thường xuyên thay nước chè. Cách 1 ngày điều trị 1 lần. Điều trị liên tục 2-4 lần.

Công hiệu: Bổ dưỡng dạ dày, tăng cường khí huyết, giảm đau.

106. Thảo quá, thịt bò

Chữa trị: Đau dạ dày do hư hàn, vị hàn, ăn uống khó tiêu, trướng bụng.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 6 gr thảo quả, 150-200g thịt bò thái miếng. Cho đủ nước, ninh nhừ, cho vào ít muối. Ăn thịt, uống nước.

Công hiệu: Bổ tì, ấm dạ, khử hàn, trừ thấp, giúp tiêu hóa, giảm đau.

107. Lá cây ớt, trứng gà

Chữa trị: Đau dạ dày do hư hàn.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 60-90g lá ớt tươi, 2 quả trứng gà, dùng dầu lạc rán vàng. Cho vào 1 bát rưỡi nước. Nấu chín canh trứng, lá ớt cho vào 1 lít muối. Ăn vào bữa cơm.

Công hiệu: Khử hàn, giảm đau, bổ máu, bổ dạy dày.

108. Thịt rùa đen, dạ dày lợn

Chữa trị: Loét dạ dày, tá tràng.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 200gr, thịt rùa đen, 200g dạ dày lợn, thái nhỏ. Ninh nhừ, cho vào 1 ít muối. Ăn 2-3 lần, ăn hết trong ngày.

Công hiệu: Tăng cường khí huyết, bổ dạ dày, bổ âm, giảm đau.

109. Rễ cây kim quất, dạ dày lợn

Chữa trị: Viêm loét dạ dày mạn tính, loét tá tràng.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 30g rễ kim quất, 100 - 150g dạ dày lợn, thái nhỏ. Cho vào 4 bát nước, nấu đến khi còn 1/2 bát, cho vào 1 ít muối, gia vị. Ăn cả cái lẫn nước.

Công hiệu: Bổ tì, khai vị, thông khí huyết, giảm đau.

110. Hồ tiêu trắng hấp táo tầu

Chữa trị: Đau dạ dày do hư hàn.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 5 quả táo tầu, bỏ hạt. Cho vào trong mỗi quả táo 2 hột hồ tiêu trắng. Hấp trên mặt nồi cơm, ăn nóng.

Công hiệu: Ông trung, bổ tì, ấm dạ, giảm đau.

111. Hồ đào, nhộng tằm

Chữa trị: Sa dạ dày.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 100-150 gr hồ đào, 50g nhộng tằm sao vàng. Hấp cách thủy.

Công hiệu: Chữa khỏi sa dạ dày.

112. Thịt lợn nạc, quả xộp xộp

Chữa trị: Viêm ruột mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 60g quả xộp xộp khô, 100g lợn nạc. Hấp cách thủy, cho vào 1 ít muối. Ăn với cơm.

Công hiệu: Bổ dưỡng dạ dày, ruột giải độc, tiêu viêm

XII. CHỮA ĐAU VÙNG LƯỜN

113. Hoa tri quế (hay tri khôi)

Chữa trị: Chữa chứng đau vùng lườn, buồn phiền, nóng nảy cáu giận, tổn thương gan, làm cho can khí tích tụ dàn đến đau vùng lườn, bị va đập mạnh bên ngoài làm cho máu đọng tụ bên trong sinh chứng đau lườn; tà khí thấp nhiệt tích tụ vào gan mà sinh đau vùng lườn như viêm gan viêm túi mật v.v.. Lao lực vật vã, khí huyết suy nhược, thiếu máu, gan mật yếu, sinh chứng đau vùng

lườn.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 6-10g cánh hoa tri quế, hãm nước sôi như hãm chè. Uống thay nước chè.

Công hiệu: Chữa đau gan, dạ dày, buồn nôn, thổ huyết, khó tiêu đến có kết quả.

Bài thuốc còn có thể dùng chữa chứng đau vùng lườn do can khí tích tụ, chứng kinh nguyệt không đều do can uất, khí hư.

114. Hoa nhài

Chữa trị: Đau vùng lườn (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 5g hoa nhài, 10g đường trắng, hãm với 1 bát nước sôi, gạn lấy nước uống. Có thể sắc lấy nước uống, nhưng không đun lâu.

Công hiệu: Bổ dưỡng khí huyết, giảm đau; chữa chính đau vùng lườn.

115. Hoa dạ hợp hấp với gan lợn

Chữa trị: Đau vùng lườn (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 10g hoa dạ hợp khô (nếu hoa tươi thì dùng 20g) ngâm hoa trong bát nước sôi, 150g gan lợn thái nhỏ, một ít muối. Tất cả hấp cách thủy, làm thức ăn ăn với

cơm.

Công hiệu: Bổ gan, giảm đau, thư giãn. Còn chữa mất ngủ, quáng gà, viêm giác mạc.

116. Nước lá hẹ

Chữa trị: Đau vùng lườn (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 500g lá hẹ tươi (hoa rễ) giã vắt lấy nước, đun lên.

Những người bị bệnh ung thư dùng bài thuốc này có thể giảm nhẹ.

117. Quả trám, củ cải

Chữa trị: Đau vùng 2 bên lườn do can khí tích tụ.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 250 gr quả trám, 50-100g củ cải. Sắc lấy nước uống thay nước chè.

Công hiệu: Khỏi tích tụ, bổ dưỡng khí huyết, giảm đau.

118. Nước khoai tây

Chữa trị: Đau vùng lườn.

Khoai tây rửa sạch, thái nhỏ, giã vắt lấy nước. Trước bữa ăn uống 1 thìa.

Công hiệu: Điều hòa khí huyết, giảm đau.

XIII. CHỮA ĐAU KHOANG DẠ DÀY

119. Uống nước khoai tây

Chữa trị: Đau khoang dạ dày.

Liều lượng, cách dùng: Khoai tây tươi (không dùng loại đã nẩy mầm) rửa sạch, ép lấy nước. Mỗi lần uống 2 thìa trước bữa ăn.

Công hiệu: Ấm trong, giảm đau. Ngoài ra còn dùng chữa viêm loét dạ dày, tá tràng mạn tính, bí ỉa do thói quen, mẩn ngứa da, viêm túi mật mạn tính và chứng đau vùng lườn.

120. Nướng gừng, cát cánh, khoai tây

Chữa trị: Đau khoang dạ dày.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 100g khoai tây, 10g gừng tươi, ép lấy nước, hòa vào 30g nước cát cánh tươi, hòa với nước sôi. Uống mỗi ngày 30 ml.

Công hiệu: Tăng cường khí huyết, giảm đau.

Chữa các chứng đau dạ dày, thổ huyết, buồn nôn, do thần kinh, do hư hàn.

121. Uống nước đường mạch nha

Chữa trị: Đau khoang dạ dày.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 20 ml đường mạch nha, hoà vào nước sôi. Mỗi ngày uống 3 lần, uống trước bữa ăn.

Công hiệu: Chữa đau dạ dày kinh niên, đau dạ dày do hư hàn.

122. Cháo quả phật thủ, cát cánh, gạo tẻ

Chữa trị: Đau khoang dạ dày.

Liều lượng, cách dùng: Phật thủ, cát cánh mỗi thứ 20g. Ninh nhừ, bỏ bã, lấy nước. Cho vào 100g gạo tẻ, nước vừa đủ nấu thành cháo. Khi cháo chín, cho vào ít đường, nước phật thủ, cát cánh, quấy đều, đun sôi lên là ăn được . Mỗi ngày ăn hai lần.

Công hiệu: Bổ dạ dày, giảm đau, khỏi viêm dạ dày mạn tính, khỏi đau dạ dày khí hư.

123. Hồ tiêu trắng, dạ dày lợn

Chữa trị: Đau dạ dày dạng hàn.

Liều lượng, cách dùng: Hồ tiêu trắng 15g, dạ dày lợn 1 chiếc. Cho hồ tiêu đã nghiền nhỏ vào trong dạ dày lợn. Đun nhỏ lửa, ninh nhừ. Ăn nóng. Ba ngày ăn 1 lần. Điều trị liên tục 3-4 lần.

124. Gừng, hồ tiêu

Chữa trị: Đau dạ dày dạng hàn, nhạt miệng, nhiều nước bọt.

Liều lượng, cách dùng: Gừng khô 10g, hồ tiêu 10 hạt, tán nhỏ, uống với nước sôi. Chia làm 2 lần

uống hết trong ngày.

Công hiệu: Ấm trong, giảm đau.

125. Quả vải, trần bì

Chữa trị: Đau trướng bụng ăn no, trướng bụng khó tiêu, đầy hơi.

Liều lượng, cách dùng: Hạt quả vải 100g, trần bì 10g, tán thành bột, uống với nước sôi trước bữa ăn cơm. Mỗi lần uống 10 g.

Công hiệu: Tăng cường khí huyết, giảm đau.

126. Uống dầu lạc

Chữa trị: Đau dạ dày, ợ chua, đói no đều váng đầu.

Liều lượng, cách dùng: Hàng ngày, sáng sớm lúc còn đói, uống 2 thìa dầu lạc.

Công hiệu: Giảm đau, ấm trong.

127. Bong bóng cá, thịt lợn nạc

Chữa trị: Đau dạ dày lâu ngày, có thể suy nhược, ăn ít, gày còm.

Liều lượng, cách dùng: Bong bóng cá 100g, thịt lợn nạc 200g, hấp cách thủy. Ăn hết 1 lần.

Công hiệu: Bổ hư, giảm đau.

128. Cá diếc, hồ tiêu

Chữa trị: Các chứng đau dạ dày mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Cá diếc tươi 1 còn (tốt nhất là loại cá từ 200g/con trở lên. Mổ cá, bỏ mật, cho 25g bột hồ tiêu trắng vào bụng cá.

Hấp cách thủy. Ăn liên tục nhiều lần.

Công hiệu: Giảm đau, bổ dạ dày.

129. Củ cải, thịt chó

Chữa trị: Đau dạ dày dạng hàn.

Liều lượng, cách dùng: Cho củ cải, và thịt chó (hoặc thịt dê, thịt hươu), gừng tươi vào ninh nhừ. Ăn cả nước lẫn cái, ăn mỗi tối 1 lần.

Công hiệu: Ấm dạ, giảm đau.

130. Cháo gạo nếp, bách hợp, đường

Chữa trị: Đau dạ dày

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 60-90g, bách hợp, cho vào gạo nếp, đường vừa đủ, nấu thành cháo. Mỗi ngày ăn 1 lần, ăn liên tục từ 7 -10 ngày.

Công hiệu: Sinh huyết, tăng cường khí huyết, giảm đau.

131. Nước gừng, sữa bò

Chữa trị: Đau dạ dày dạng hàn.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần có thể dùng 150-200 ml sữa bò một thìa nước gừng, tươi, một ít đường trắng. Hấp cách thủy.

Công hiệu: Bổ dạ dày, giảm đau.

132. Thảo quả, thịt bò

Chữa trị: Đau dạ dày dạng hàn, lạnh bụng, ăn uống khó tiêu.

Liều lượng, cách dùng : Mỗi lần dùng 6 gr, thảo quả, 150-200g thịt bò, thái nhỏ. Cho đủ nước ninh nhừ, cho 1 lít muối. Ăn thịt, uống nước.

Công hiệu: ấm tì vị, trừ hàn thấp, dễ tiêu hóa, giảm đau.

133. Lá ớt, trứng gà

Chữa trị: Đau dạ dày dạng hàn.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 60-90g lá ớt tươi, 2 quả trứng gà. Trứng gà rán với dầu lạc, cho nước, muối, lá ớt vào, nấu chín kỹ. Ăn với 2 bữa cơm.

Công hiệu: Khí hàn, giảm đau, bổ huyết, bổ dạ dày.

134. Hồ tiêu, táo tầu

Chữa trị: Đau dạ dày hàn tính.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 5 quả táo, bỏ hạt, mỗi quả táo cho vào 2 hạt hồ tiêu. Hấp cơm ăn.

Công hiệu: Ấm trong, bổ tì, ấm dạ dày, giảm đau.

135. Quả xộp xộp, thịt lợn nạc

Chữa trị: Đau, viêm dạ dày, tá tràng mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùgn 60g, quả xộp xộp khô, 100 -120g, thịt lợn nạc. Hấp cách thủy, cho thêm gia vị ăn.

Công hiệu: Bổ dạ dày, ruột, tiêu viêm, giảm đau.

XIV. CHỮA ĐAU BỤNG

136. Cháo gừng, trần bì

Chữa trị: Đau bụng lạnh (Đau phát sinh từ vùng xương chậu trở lên, từ vùng khoang bụng trở xuống).

Liều lượng, cách dùng: Gừng 25g, trần bì 5 gr. Gừng thái nhỏ, nấu gừng, trần bì gạo tẻ thành cháo.

Công hiệu: Khử hàn, giảm đau.

137. Tỏi ngâm giấm

Chữa trị: Đau bụng lạnh dạng hàn hoặc ăn phải thức ăn sống, lạnh, cảm lạnh, lạnh bụng.

Công hiệu: Khử hàn, giảm đau.

138. Cà phê, nước sôi

Chữa trị: Đau bụng ăn khó tiêu.

Liều lượng, cách dùng: 5g cà phê, hầm nước sôi uống.

Công hiệu: Giúp tiêu hóa, giảm đau.

139. Dầu lạc, nước sôi

Chữa trị: Đau bụng quặn, tắc ruột.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 1/2 cốc nước nhỏ dầu lạc, uống với nước sôi, uống hết trong 1 lần, ngày uống 2 lần.

Công hiệu: Thông đại tiện, giảm đau

140. Thịt chó, chao đậu, gạo tẻ

Chữa trị: Đau bụng tì hư, đau bụng do lạnh, đầy trướng.

Liều lượng, cách dùng: Thịt chó béo 250g, nấu với gạo tẻ, chao đậu, muối thành cháo.

Công hiệu: Khử hàn, giảm đau.

141. Rượu, đường đỏ

Chữa trị: Đau bụng do cảm hàn, đau bụng đi ỉa.

Liều lượng, cách dùng: Rượu 50 ml, đường đỏ 10g. Đun nhỏ lửa cho đến khi đường chảy tan, ăn nóng.

Công hiệu: Khử hàn, trừ thấp, giảm đau, khỏi ỉa chảy.

142. Củ cải trắng, đường trắng

Chữa trị: Trẻ em ỉa chảy.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 1 phần củ cải, 1 phần đường, nấu chín nhừ, ép lấy nước, bỏ bã. Mỗi ngày uống 3 lần, mỗi lần 5-10 ml. Uống liên tục 2-3 ngày.

Công hiệu: Cắt cơn ỉa chảy.

143. Gừng, cát cánh, khoai tây

Chữa trị: Đau bụng, thổ tả, không muốn ăn do thần kinh dạ dày.

Liều lượng, cách dùng: Khoai tây 100 gr, gừng tươi 10g, cát cánh bỏ vỏ, bỏ hạt tất cả đem giã nát, vắt lấy nước. Trước mỗi bữa ăn uống một thìa.

Công hiệu: Giảm đau, hết nôn.

144. Đinh hương, rượu

Chữa trị: Đau bụng do cảm hàn, trướng bụng, thổ tả.

Liều lượng, cách dùng: Rượu 50 ml, cho vào 2 giọt dầu đinh hương. Hâm nóng trong 10 phút, uống ngay.

Công hiệu: Khử hàn giảm đau, trừ tả.

XV. CHỮA SA DẠ DÀY

145. Thịt rùa hầm chỉ xác

Chữa trị: sa dạ dày.

Liều lượng, cách dùng: Thịt rùa 250 gr, chỉ xác 15g, ninh nhừ, bỏ bã thuốc, ăn thịt uống nước.

Công hiệu: khỏi sa dạ dày.

146. Hạnh đào, nhộng tằm

Chữa trị: Sa dạ dày.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần có thể dùng 100-159g hạnh đào, 50g nhộng tằm sao qua, hấp cách thủy.

Công hiệu: Kiên vị, khỏi sa dạ dầy.

147. Sâm, hoàng kỳ

Chữa trị: Sa dạ dày.

Liều lượng, cách dùng: Đảng sâm, hoàng kỳ mỗi thứ 250g, rửa sạch, ngâm nước lạnh. Sau đó sắc kỹ, lấy 3 nước thuốc, bỏ bã, đun nhỏ lửa cô đặc nước thuốc, 500g đường. Quấy đều cho đến lúc khô thì để nguội, dùng dần (bảo quản bằng lọ kín). Mỗi lần uống 10g với nước nóng; ngày

uống 2 lần.

XVI. CHỮA BUỒN NÔN, NÔN MỬA

148. Gừng tươi, đường mạch nha

Chữa trị: Nôn mửa (bệnh nôn mửa do tình trạng cơ thể bên ngoài thì mắc cảm cúm, nóng lạnh, trúng gió; bên trong thì ăn uống quá độ, lao động mệt mỏi dẫn đến dạ dày trướng khí mà sinh ra).

Liều lượng, cách dùng: Gừng tươi 10g, mạch nha 30g. Hấp trong nước sôi 10 phút. Ngày uống nhiều lần.

Công hiệu: Chữa khỏi chứng nôn mửa do tì vị suy nhược, cảm cúm, nóng lạnh.

149. Bán hạ, sơn dược

Chữa trị: Nôn mửa (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Bán hạ tươi 30g, rửa sạch bằng nước nóng. Cho vào ấm đất sắc lấy 200 ml, bỏ bã. Cho vào 50g, sơn dược, đun tiếp cho sôi kỹ, cho thêm đường trắng. Mỗi ngày ăn 2 lần vào sáng, chiều.

Công hiệu : Khỏi đầy hơi, nôn mửa liên miên.

150. Hoắc hương, gạo tẻ

Chữa trị: Nôn mửa (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Hoắc hương 30g (nếu khô thì dùng 15g), sắc lấy nước. Lấy 100g gạo tẻ, nước vừa đủ, nấu thành cháo. Khi cháo chín nhừ, cho nước hoắc hương vào cháo, quấy đều, đun sôi.

Công hiệu: Khỏi đầy hơi, nôn mửa vừa thổ vừa tả, đau bụng.

151. Đinh hương, gừng, đường

Chữa trị: Nôn mửa (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Lấy 50g đường phèn hoặc đường kính, cho vào 1 ít nước, đem đun nhỏ lửa; đường tan, cho 30g gừng tươi đã băm nhỏ và 5 gr bột đinh hương vào quấy đều. Tiếp tục nhỏ lửa cho đến khi cô đặc là được.

Công hiệu: Chữa chứng đau dạ dày, nôn mửa, đầy hơi, lạnh bụng.

152. Đậu bạch biển, gạo tẻ

Chữa trị: Nôn mửa (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Đậu bạch biển 60g, gạo tẻ 100g. Nấu thành cháo, ăn trong ngày.

Công hiệu: Chữa khỏi chứng nôn mửa, tả lị do nóng lạnh. Bài thuốc này thích hợp trong điều trị tì vị hư nhược, nôn mửa, vào mùa hè oi bức.

153. Cháo nước gừng, sa nhân

Chữa trị: Nôn mửa (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Mỗi bát cháo sa nhân cho vào 10 ml nước gừng. Ăn trong ngày.

Công hiệu: Chữa trị nôn mửa, vừa đau bụng vừa đầy hơi trướng bụng , nấc.

- Giải phiền, thông hơi, tán hàn, mát gan, thận, tì vị hư nhược, ăn vào nôn ra.

154. Tai quả hồng

Chữa trị: Nôn mửa do vị hàn (dạ dày lạnh).

Liều lượng, cách dùng: Lấy 3 chiếc tai quả hồng, hấp cơm ăn.

Công hiệu: Làm ấm bụng, khỏi nôn mửa.

157. Nước gừng tươi, mật ong

Chữa trị: Nôn mửa liên miên không cầm được.

Liều lượng, cách dùng: Nước gừng tươi 1 thìa, mật ong 2 thìa, cho vào 3 thìa nước sôi. Hâm nóng, uống hết trong 1 lần. Mỗi ngày uống 4-5 lần.

Công hiệu: Mát dạ, cắt cơn nôn mửa.

156. Gừng tươi, táo tầu

Chữa trị: Nôn mửa do vị hàn (lạnh bụng).

Liều lượng, cách dùng: Lấy một số củ gừng to,

còn tươi, để nguyên vỏ. Mỗi miếng gừng tách làm đôi, khoét lỗ cho vào 1 quả táo, nắp kín. Nướng trên than củi cho đến khi vỏ gừng cháy đen, lấy táo ra ăn. Mỗi ngày ăn 5-6 quả.

Công hiệu: Tán hàn, ấm dạ, bổ tì, cắt cơn nôn.

157. Đinh hương, tuyết lê

Chữa trị: Nôn mửa.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 1 quả tuyết lê, tách đôi, bỏ hạt, cho vào 10-15 hạt đinh hương. Dùng giấy bản thấm nước gói 4-5 lớp giấy. Nướng chín, bỏ đinh hương ăn quả lê.

Công hiệu: Bổ dạ dày, cắt cơn nôn.

158. Cá diếc, sa nhân

Chữa trị: Buồn nôn, nôn mửa.

Liều lượng, cách dùng: Cá diếc 250g, một ít sa nhân gừng, hồ tiêu... sắc lấy nước uống!

159. Tiết vịt trắng

Chữa trị: Buồn nôn, nôn mửa.

Liều lượng, cách dùng: Tiết vị trắng (có thể dùng ngỗng cũng được) uống ngay lúc tiết còn nóng.

160. Màng mề gà

Chữa trị: Buồn nôn, nôn mửa.

Liều lượng, cách dùng: Màng mề gà 50g, sao toàn tính, tán nhỏ. Mỗi lần 5g uống với rượu.

161. Gan lợn hầm với ngũ vị

Chữa trị: Buồn nôn , nôn mửa.

Liều lượng, cách dùng: Gan lợn 1 chiếc, ngũ vị 15g. Hầm chín ăn nóng.

Công hiệu: Khỏi buồn nôn, dạ đờm.

162. Củ cải ngâm mật

Chữa trị: Buồn nôn, nôn mửa.

Liều lượng, cách dùng: Củ cải trắng, tươi 500g, rửa sạch, thái nhỏ, cho vào luộc, nước sôi vớt củ cải ra ngay. Để ráo nước đem phơi nắng 1/2 ngày, sau đó cho vào 150g mật ong, trộn đều, đun nhỏ lửa, quấy đều cho đến khi sôi lên là được. Để nguội, ăn dần.

Công hiệu: Mát dạ, giảm đầy hơi, khỏi nôn.

163. Chữa trướng bụng

Chữa trị: Trướng bụng.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 con dán (sấy khô), 1 nắm hạt cây củ cải, sao vàng tán bột, tất cả hòa với rượu uống.

164. Cháo cua gạo tẻ

Chữa trị: Trướng bụng.

Liều lượng, cách dùng: Cua tươi, gạo tẻ, nấu thành cháo ăn nóng.

165. Lươn nấu với tỏi rượu

Chữa trị: Trướng bụng.

Liều lượng, cách dùng: Lươn 250g, tỏi to 1 củ, rượu 1 cốc. Nấu nhừ ăn nóng.

166. Màng mề gà, hương phụ

Chữa trị: Trướng bụng.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 3-5 chiếc màng mề gà sao vàng, cùng với 10g hạt củ cải, 15g hương phụ, 25g mạch nha, 15g thương truật. Sắc lấy nước uống.

167. Thịt chó gạo tẻ

Chữa trị: Trướng bụng.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 150g thịt chó, thái nhỏ. Ninh nhừ với gạo thành cháo. Ăn với cơm cũng tốt.

XVII. CHỮA TÁO BÓN

168. Cháo gạo tẻ, hoa đào

Chữa trị: Táo bón (do ruột, dạ dày nóng, lao động mệt mỏi, khí huyết đều hư, âm hàn ngừng trệ, sinh ra táo bón, bí ỉa, bài tiết khó khăn).

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 4g cánh hoa đào tươi (nếu khô dùng 2g), 100g gạo tẻ. Nấu thành cháo. Cách 1 ngày ăn 1 lần.

Công hiệu: Thanh nhiệt, nhuận tràng, thông đại tiên.

Chú ý: Ăn cháo hoa hồng đến khi nào đi ỉa bình thường rồi thì thôi.

- Hoa đào ướp lạnh thích hợp với bệnh nóng trong, khó ỉa.

169. Đường phèn, chuối tiêu

Chữa trị: Táo bón (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 2 quả chuối tiêu (bỏ vỏ), ít đường phèn. Hấp cách thủy. Mỗi ngày ăn 2 lần. Ăn liên tục một số ngày.

Công hiệu: Thanh niệt, nhuận tràng, giải độc, bổ trong, mát dạ.

Chú ý: Những người ốm yếu, suy nhược lại bí ỉa dùng bài thuốc này rất hiệu quả.

Những người mắc bệnh đái đường không được dùng bài thuốc này.

170. Cao mật ong quả dâu

Chữa trị: Táo bón (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 1.000 quả dâu chín tươi. Cho vào nước sắc kỹ 2 lần, lấy 1.000ml nước, đun nhỏ lửa cho đến khi đặc sệt, cho vào 300g mật ong. Quấy đều, đun nhỏ lửa cho sôi đều. Tắt lửa, để nguội, cho vào lọ, đậy kín. Mỗi lần uống 20 ml, uống với nước nóng. Mỗi ngày uống 2 lần.

Công hiệu: Nhuận tràng, thông đại tiện. Bí đại tiện do khí hư huyết kém, chữa nhiều lần sẽ khỏi; thích hợp với người già, trẻ em.

171. Cháo ngũ nhân, gạo tẻ

Chữa trị: Táo bón (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Lấy vừng, hạt thông, nhân hạt đào, nhân hồ đào, hạnh nhân, mỗi thứ 10g, tán nhỏ trộn 200g gạo tẻ, nấu thành cháo, quấy vào 1 ít đường. Hàng ngày ăn vào 2 buổi: sáng, chiều.

Công hiệu: Kiên vị, nhuận tràng, thông đại tiện.

- Bài thuốc phù hợp với những người huyết áp cao, táo bón đã thành thói quen.

- Những người mắc bệnh trĩ, bị táo bón, chảy máu cũng dùng được bài thuốc này.

- Phụ nữ sau khi sinh đẻ, bị táo bón, dùng bài thuốc này cũng được, nhưng cần bớt đi vị hạt đào.

172. Cháo hà thủ ô, táo tầu

Chữa trị: Táo bón.

Liều lượng, cách dùng: Hà thủ ô 50g sao kỹ, sắc lấy nước, bỏ bã. Cho vào 100g gạo tẻ, 3 quả táo, ít đường phèn nấu thành cháo. Mỗi ngày ăn 1 lần.

Công hiệu: Thông đại tiện, nhuận tràng.

Chú ý: Thông đại tiện rồi thì ngừng uống thuốc.

- Những người cao tuổi mắc chứng huyết áp cao, sơ cứng động mạch, âm huyết đều hư, táo bón, sử dụng bài thuốc này nhiều lần rất tốt, kéo dài tuổi thọ.

- Những người đi ỉa lỏng không được dùng bài thuốc này.

- Trong khi uống bài thuốc này, kiêng ăn hành, tỏi, củ cải, thịt dê, thịt lợn.

173. Cháo rau chân vịt

Chữa trị: Táo bón (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Dùng 100 gr rau chân vịt, 100g gạo tẻ. Rau rửa sạch cho vào luộc chín, vớt ra thái nhỏ. Đem gạo nấu thành cháo, cho rau vào quấy đều, đun sôi lên là được. Mỗi ngày ăn 2 lần.

Công hiệu: Nhuận tràng, thanh nhiệt, thông đại tiện.

- Người mắc chứng huyết áp cao, táo bón, người bị bệnh trĩ, táo bón ra máu đều dùng bà

thuốc này rất tốt.

174. Củ cải tươi, cây phác tiêu

Chữa trị: Táo bón (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Củ cải tươi 2.500g thái lát, phác tiêu 150g, cho vào 2. 500 ml nước. Ninh nhừ, vớt ra, sắc lấy 1.000 ml nước, chia làm 3 lần uống hết trong ngày.

Công hiệu: Thông đại tiện.

Chú ý: Khi đi ỉa bình thường thì ngưng ngay không uống nữa.

- Những người cơ thể suy nhược, không nên dùng bài thuốc này.

175. Nước lá hẹ, rượu

Chữa trị: Táo bón kéo dài.

Liều lượng, cách dùng: Một cốc nước lá hẹ và 1/ 2 chén rượu hòa với 1 /2 cốc nước sôi để uống.

Công hiệu: Khỏi táo bón, thông đại tiện.

176. Sữa bò, mật ong, lá hành

Chữa trị: Táo bón kinh niên.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 250g sữa bò, 100ml mật ong, một ít nước lá hành. Nấu chín, uống hàng ngày.

Công hiệu: Khỏi táo bón, thông đại tiện.

177. Sa sâm, ngọc trúc hầm với vịt

Chữa trị: Sau khi ốm dậy, cơ thể suy nhược, mất nước, nóng ruột sinh ra táo bón.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng sa sâm, ngọc trúc mỗi thứ 30-50g, 1 con vịt. Vịt làm sạch lông, bỏ ruột cho nước vừa đủ; ninh nhừ, ăn thịt, uống nước.

Công hiệu: Trừ táo bón, thông đại tiện.

178. Mật ong, hoa kim ngân

Chữa trị: Người cao tuổi táo bón.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 30g hoa kim ngân, cho vào 2 bát nước, sắc lấy 1 bát. Lọc lấy nước, cho vào 20g mật ong quấy đều. Sớm, chiều uống 2 lần.

Công hiệu: Trừ táo bón, thông đại tiện.

179. Cà rốt chấm mật ong

Chữa trị: Táo bón.

Liều lượng, cách dùng: Cà rốt, luộc chín, chấm với mật ong.

Mỗi lần ăn 250-500g, mỗi ngày 2 lần.

Công hiệu: Trừ táo bón, thông đại tiện.

180. Mã thầy, rau muống

Chữa trị: Nóng ruột, táo bón.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 200-250g rau muống tươi, 10 hạt mã thầy (bỏ vỏ), ninh nhừ. Chia làm 2 -3 lần, ăn hết trong ngày.

Công hiệu: Thanh nhiệt, khỏi táo bón, thông đại tiện.

181. Đường trắng, bột sắn dây

Chữa trị: Táo bón, nóng ruột.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 30-50 gr bột sắn dây, đường trắng vừa đủ. Nấu thành chè bột sắn.

Công hiệu: Thanh nhiệt, lợi đại tiện.

182. Hạnh nhân tuyết lê

Chữa trị: Nóng ruột, táo bón.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 10g hạnh nhân, 1 quả tuyết lê, 30-50g đường trắng, 1/2 bát nước. Hấp cách thủy 1 tiếng. Ăn cả nước, lẫn cái.

Công hiệu: Thanh nhiệt, thông đại tiện

183. Cháo khoai môn

Chữa trị: Táo bón phân khô.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 50g gạo, 250g khoai môn (bóc vỏ, thái lát). Cho nước vừa đủ, nấu thành cháo. Khi ăn cho vào 1 ít dầu ăn, muối.

Công hiệu: Nhuận tràng, thông đại tiện, khỏi táo bón.

XVIII. CHỮA LÁ LÁCH, PHÙ THŨNG

184. Đỉa, đan sâm

Chữa trị: Sưng lá nách.

Liều lượng, cách dùng: Đỉa 3- 6g, đan sâm 30g. Sắc kỹ, lấy nước uống. Hoặc đem đỉa sấy khô, tán thành bột. Mỗi lần uống 1-1,5g, mỗi ngày 2 lần. Còn có thể dùng điều trị chứng tiểu cầu tăng nhiều sau khi mổ lá nách.

185. Bột vẩy tê tê

Chữa trị : Sưng lá nách.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 quả trứng vịt vỏ trắng, 5g bột vẩy tê tê. Đục 1 lỗ nhỏ ở đầu quả trứng vịt, cho bột tê tê vào trong quả trứng, lấy giấy bịt kín lỗ thủng, nướng chín trứng. Mỗi ngày ăn 1 quả trứng vào lúc sáng sớm. Điều trị liên tục 7-10 ngày.

186. Tiết ngỗng hòa với rượu

Chữa trị: Sưng lá nách.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 1/2 cốc tiết ngỗng, cho vào rượu đun sôi, uống nóng.

Công hiệu: Có thể chữa khỏi sưng gan, lá nách, tiêu báng nước.

XIX. CHỮA BỆNH LỴ A-MÍP

187. Cao vỏ lựu, mật ong

Chữa trị: Bệnh lỵ a-míp (bệnh trạng: bụng đau từng cơn, đi ỉa liên tục, phân trắng, hồng, ngực cồn cào, miệng khô, khát nước, bựa lưỡi vàng, mạch nhu).

Liều lượng, cách dùng: Vỏ lựu tươi 100g (khô 500g), thái nhỏ. Sắc kỹ lấy nước (sắc 2 nước), bỏ bã. Tiếp tục đun nhỏ lửa cô đặc nước vỏ lựu, sau đó cho vào 300 ml mật ong, quấy đều. Để nguội, cho cao lưu vào lọ. Mỗi lần uống 10 ml với nước sôi. Mỗi ngày uống 3 lần.

Công hiệu: Chữa lỵ a-míp.

Chú ý: Người mắc chứng viêm dạ dày mạn tính không được dùng bài thuốc này.

188. Canh đậu xanh, rau dền

Chữa trị: Ly a-míp thấp nhiệt (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Rau dền phải tươi 120g, đậu xanh 60g; cho nước vào sắc lấy 500 ml nước. Mỗi ngày uống 2 lần.

Công hiệu: Thanh nhiệt, giải độc, diệt khuẩn, trừ lị. Chữa viêm mật cũng có hiệu quả.

Chú ý: Những người đi ỉa chảy do thấp, hàn không được uống.

189. Nước chè xanh pha giấm chua

Chữa trị: Ly a-míp do thấp, nhiệt (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Chè xanh 100g, cho nước vào sắc lấy 300 ml, mỗi lần uống 100 ml pha vào 100 ml giấm chua.

Uống lúc còn nóng. Mỗi ngày uống 3 lần.

Công hiệu: Thanh nhiệt, giải độc, bệnh lý có phần trắng (bệnh lỵ trắng) thì uống với nước gừng, bệnh lỵ có máu (xích lị) thì uống với nước cam thảo. Mỗi ngày uống 3 lần, đến khi khỏi bệnh, uống tiếp 3 lần nữa mới thôi.

Chú ý: Những người mắc bệnh lỵ kéo dài hư hàn không được dùng.

Những người có chứng mất ngủ, buổi chiều không nên uống.

190. Nước rau dền dại pha đường

Chữa trị: Lỵ a-míp thấp nhiệt (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Rau dền dại tươi (cả cây) 500g, rửa sạch, lấy nước, pha ít đường trắng. Mỗi lần uống 200 ml, mỗi ngày uống 3 lần.

Công hiệu: Thanh nhiệt, giải độc, diệt khuẩn, tiêu viêm, cầm máu, khỏi đi lị: Chữa chứng lỵ a-míp do vi khuẩn cũng có hiệu quả.

Chú ý: Những người đi tả hư hàn không được dùng.

191. Cháo gạo tẻ, rau dền tía

Chữa trị: Bệnh lỵ a-míp do thấp nhiệt (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Rau dền tía tươi 100g, bỏ rễ, rửa sạch, thái nhỏ, cho vào 100g gạo tẻ, nấu thành cháo. Mỗi ngày ăn 2 lần vào buổi sáng và chiều.

Lỵ trắng dùng rau dền trắng, lỵ đỏ (xích lỵ) dùng rau dền đỏ (tía). Qua thực nghiệm lâm sàng, có hiệu quả rõ. Những người già viêm ruột mắc chứng lỵ a-míp cấp cũng dùng bài thuốc này có hiệu nghiệm.

Chú ý: Những người đi ỉa chảy tì vị hư hàn không được dùng bài thuốc này.

192. Chim sáo đá, ngân hoa ...

Chữa trị: Lỵ a-míp do nhiễm dịch. (Bệnh trạng: Bệnh phát rất nhanh ra máu mủ lẫn lộn, hoặc hoàn toàn máu tươi, sốt cao, hoặc buồn ngủ, hôn mê, bữa lưỡi vàng, nhầy, lưỡi đỏ, mạch máu).

Liều lượng, cách dùng: Thịt chim sáo đá

500g, ngân hoa, hoa mộc quyền mỗi thứ 30g. Cho nước vào sắc lấy 200 ml nước, cho vào 30g đường trắng. Uống nóng, mỗi ngày uống 3 lần.

Công hiệu: Chữa bệnh lỵ do nhiễm trùng dịch độc, lỵ dạng thấp nhiệt.

Chú ý: Những người mắc bệnh lỵ a-míp dạng hư hàn không được uống bài thuốc này.

193. Rau dền, ngó sen

Chữa trị: Bệnh a-míp (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Rau dền tươi, ngó sen tươi mỗi thứ 500g, giã nát, vắt lấy nước, pha với ít đường trắng. Mỗi lần uống 200 ml, mỗi ngày uống 3 lần.

Công hiệu: Thanh nhiệt, giải độc, mát máu, khỏi lỵ.

Chú ý: Những người mắc chứng đi tả, tì hư không được dùng.

194. Long nhãn, nha đảm tử

Chữa trị: Bệnh lỵ a-míp (bệnh trạng : tả lỵ khi nặng khi nhẹ, trong phân có máu mủ lẫn lộn, nhiều mùi hôi thối. Sắc mặt nhợt nhạt, tinh thần mệt mỏi, bữa lưỡi trắng, nhạt miệng, mạch vi nhược, vi khuẩn sống dai, trị lâu không khỏi).

Liều lượng, cách dùng: 10 hạt nha đảm tử, nghiền thành bột, ăn với long nhãn, mỗi ngày 3 lần.

Công hiệu: Diệt khuẩn, trừ tả, giải độc, mát máu, bổ tì, yên tim. Thường ăn sau bữa cơm.

Chú ý: Không kéo dài thời gian điều trị.

195. Cháo gạo nếp, tỏi

Chữa trị: Bệnh lỵ a-míp, hư hàn (bệnh trạng: mắc đi mắc lại kéo dài, phân dính sền sệt mầu vàng trắng hoặc đỏ sẫm, bụng đau âm ỉ, chân tay giá lạnh, biếng ăn, thần kinh mệt mỏi, da mặt nhợt nhạt, nhạt miệng, bữa lưỡi trắng, mạch hư nhược).

Liều lượng, cách dùng: Dùng 30g củ tỏi to loại vỏ đỏ (bóc bỏ vỏ) cho vào nước sôi đảo qua, vớt ra. lấy 100g gạo nếp nấu thành cháo. Cho tỏi vào cháo, ninh nhừ. Ăn cháo vào 2 buổi sáng, tối.

Công hiệu: Bổ , ấm dạ dày, diệt khuẩn, trừ tả. Phù hợp với căn bệnh lỵ cấp tính, mạn tính, của người già.

Những người mắc bệnh lao phổi, huyết áp cao, sơ cứng động mạch cũng dùng được bài thuốc này

196. Hoàng kỳ, ô mai

Chữa trị: Bệnh lỵ a-míp dạng hư hàn (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Hoàng kỳ, ô mai mỗi thứ 200g cho vào 1000 ml nước, sắc lấy 500 ml, cho

vào 250g đường đỏ, quấy đều.

Mỗi lần uống 20 ml, mỗi ngày 2 lần.

Công hiệu: Bổ khí huyết, bổ tì, diệt khuẩn, trừ tả.

Chú ý: Những người bị ngoại cảm không được dùng.

197. Nước tỏi, hòa với đường

Chữa trị: Bệnh lỵ a-míp.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 2 củ tỏi to, giã nát, ngâm vào nước sôi trong nửa ngày, lọc lấy nước, pha vào ít đường trắng hoặc đường đỏ.

Công hiệu: Bổ tì, khai vị, giải độc, trừ tả.

198. Vịt hầm với gừng tươi

Chữa trị: Bệnh lỵ a-míp.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 1 con vịt đực, đầu đen xanh, làm sạch lông, rửa sạch, cho vào 1 ít muối, gừng ninh nhừ, vớt bỏ váng mỡ. Ăn thịt, uống nước.

Công hiệu: Bổ dưỡng dạ dày, bổ âm, giải độc, trừ tả.

199. Lươn, rượu nếp

Chữa trị: Bệnh lỵ a-míp.

Liều lượng, cách dùng: Lươn bỏ mật, chặt nhỏ, sao khô tán bột.

Mỗi ngày uống 9g hòa với rượu hâm nóng, có thể pha 1 ít đường.

Công hiệu: Giải độc, trừ tả.

200. Ốc

Chữa trị: Bệnh kiết lỵ.

Liều lượng, cách dùng: ốc phơi khô, sao cháy, sắc lấy nước uống. Mỗi ngày uống 3 lần, mỗi lần 15g. Điều trị liên tục một số ngày.

Công hiệu: Diệt khuẩn, trừ tả.

201. Nước nho, gừng, mật ong

Chữa trị: Bệnh lỵ a-míp, lỵ do vi khuẩn (bệnh trạng: đau bụng, trước nhẹ sau nặng, phân lẫn máu mủ).

Liều lượng, cách dùng: Nho tươi, gừng tươi rửa sạch, giã nát vắt lấy nước, pha 1 cốc nước chè xanh đặc, cho vào nước chè 50 ml nước nho, 50 ml nước gừng, một ít mật ong. Quấy đèu, đun sôi lên uống nóng.

Công hiệu: Khử thấp, thông khí, diệt khuẩn, trừ tả.

202. Cháo hạt sen, gừng tươi

Chữa trị: Bệnh lỵ, biếng ăn.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 100g hạt sen, bóc bỏ vỏ, 25g gừng tươi. Cho nước vừa đủ, nấu thành

cháo hạt sen, gừng.

Công hiệu: Kích thích tiêu hóa, trừ tả.

203. Vỏ lựu, hồ tiêu, đường đỏ

Chữa trị: Bệnh kiệt ly, phân có máu, dính nhày.

Liều lượng, cách dùng: Lá lựu (hoặc vỏ quả lựu) 15g, hồ tiêu 3 hạt, đường đỏ 50g. Dùng 1 bát nước cho vỏ lựu, hồ tiêu vào sắc lấy 1/2 bát nước vớt bỏ bã, cho đường vào quấy đều.

Công hiệu: Diệt khuẩn, trừ tả.

204. Đậu xanh, gạo nếp, ruột lợn

Chữa trị: Bệnh ly thấp nhiệt, phân có lẫn máu.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 đoạn ruột lợn tỉ lệ 2 phần đậu xanh, 1 phần gạo nếp (tùy theo đoạn ruột to hay nhỏ mà định liệu lượng gạo, đậu)

Ruột lợn rửa sạch, đậu xanh, gạo nếp ngâm nước, sau đó cho gạo, đậu vào trong khúc ruột buộc chặt 2 đầu. Cho vào nước sạch, ninh trong 2 tiếng, ăn nóng.

Công hiệu: Giải độc, cầm máu, trừ tả.

205. Trứng gà, giấm chua

Chữa trị: Bệnh kiết ly.

Liều lượng, cách dùng: lấy 2 quả trứng gà

100g giấm. Hấp cách thủy, bỏ giấm, ăn trứng, ăn hết trong 1 lần, mỗi ngày ăn 2- 3 lần, ăn liên tục nhiều ngày sẽ thấy kết quả.

Công hiệu: Giải độc, trừ tả.

206. Nước củ cải, gừng, chè xanh, mật ong

Chữa trị: Kiết lỵ, đau bụng, ỉa liên tục, phân ít, trong phân lẫn máu, mủ.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 150g nước củ cải, 25g nước gừng, 50g mật ong, 1 cốc nước chè xanh. Hòa với nhau, quấy đèu, đun sôi. Uống hết 1 lần.

Công hiệu: Giải độc, trừ tả.

207. Rau hoa cúc, đường đỏ

Chữa trị: Kiết lỵ, ỉa ra máu, đau bụng.

Liều lượng, cách dùng: Rau hoa cúc 50g, đường đỏ 100 g, sắc lấy nước uống.

Công hiệu: Trừ tả, cầm máu, giảm đau.

208. Tỏi, đường trắng

Chữa trị: Kiết lỵ.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 3 củ tỏi to, giã nát, lỵ ra máu dùng đường đỏ, lỵ ra mủ dùng đường trắng. Hòa với nước sôi uống.

Công hiệu: Giải độc, trừ tả.

209. Hạ khô thảo, thịt lợn nạc

Chữa trị: Bệnh kiết ly.

Liều lượng, cách dùng: Hạ khô thảo 6-24g, thịt lợn nạc 30g. Ninh nhừ, lấy nước uống.

Thường điều trị 2-3 lần sẽ có hiệu quả. Hạ khô thảo còn có thể sắc lấy nước, hòa với đường đỏ uống.

Công hiệu: Diệt khuẩn, trừ tả.

210. Đậu tằm gạo, bách thảo sương

Chữa trị: Bệnh kiết ly (Giai đoạn cuối).

Liều lượng, cách dùng: Trước hết đun 600g đậu tằm sao vàng, sau đó cho 30g bách thảo sương, gạo và nước vừa đủ nấu thành cháo.

Công hiệu: Bổ tì, trừ ly.

211. Nước quả mướp đắng

Chữa trị: Bệnh ly ở trẻ em.

Liều lượng, cách dùng: Dùng một vài quả mướp đắng ép lấy nước để uống.

Công hiệu: Giải độc, trừ ly.

212. Nước quả mướp hòa với đường trắng, đỏ

Chữa trị: Bệnh kiết ly.

Liều lượng, cách dùng: Lấy quả mướp, ép lấy

15g nước, đường đỏ, đường trắng mỗi thứ 15 g. Hòa tan uống.

Công hiệu: Giải độc, trừ lỵ.

213. Nước củ cải, gừng tươi

Chữa trị: Bệnh kiết lỵ do vi khuẩn.

Liều lượng, cách dùng: Nước củ cải 1 cốc, nước gừng tươi 1/2 thìa, mật ong 30g, chè đỏ 3g, hòa vào 1 cốc nước sôi để uống, uống liên tục 3 cốc.

Công hiệu: Diệt khuẩn, trị lỵ.

214. Đầu lươn, đường đỏ, rượu

Chữa trị: Bệnh kiết lỵ.

Liều lượng, cách dùng: Đầu lươn rang khô, tán nhỏ, hòa với đường đỏ, rượu uống.

Công hiệu: Khỏi kiết lỵ, giúp tiêu hóa.

215. Cá diếc, bột phèn chua

Chữa trị: Bệnh kiết lỵ.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 1 con cá diếc to, mổ bụng, cho vào 15g phèn chua, uống khô, tán nhỏ. Mỗi lần uống 15g, uống với nước sôi.

216. Tiết dê trộn giấm chua

Chữa trị: Bệnh kiết lỵ .

Liều lượng, cách dùng: Tiết dê nấu chín, trộn

giấm ăn sẽ có kết quả.

Chữa bệnh viêm loét dạ dày cấp tính

217. Gừng khô, chè xanh

Chữa trị: Viêm dạ dày, ruột cấp tính, dạng hàn thấp (nôn mửa liên tục, ỉa ít phân không thối, bụng trướng muốn nén xuống, bựa lưỡi trắng nhầy).

Liều lượng, cách dùng: Chè xanh, gừng khô mỗi thứ 2g. Hãm trong nước sôi 15 phút. Uống nhiều lần trong ngày.

Công hiệu: Trừ lạnh, giảm đau, bổ trung ích, giải khát, trừ tả, trừ đau bụng, vừa thổ vừa tả, viêm dạ dày, viêm ruột cấp.

Chú ý. Những người máu nhiệt, bựa lưỡi vàng không được dùng bài thuốc này.

218. Cháo gạo nếp, gừng

Chữa trị: Viêm dạ dày, viêm ruột cấp tính dạng hàn thấp (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Gừng thái nhỏ 30g, nước 50ml sắc lấy nước, bỏ bã. Cho 60g gạo nếp vào nấu thành cháo.

Công hiệu: Trừ tả, giảm lạnh, khỏi nôn mửa, đi ỉa lỏng, bụng đau quặn.

Chú ý: Những người phát sốt, ỉa ra máu, lỗ đít nóng rát không được uống thuốc này.

219. Đậu bạch biển, lá hoắc hương

Chữa trị: Viêm ruột, viêm dạ dày cấp tính hàn thấp (Bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Đậu bạch biển 60g rang chín, xay thành bột, lá hoắc hương 60g sao khô tán nhỏ, trộn đều. Mỗi lần uống 10g; mỗi ngày 4-5 lần, uống với nước gừng.

Công hiệu: Kiện tì, hoà trung, trừ thấp, trừ tả.

Những người bị nôn mửa liên miên, đau bụng đi ỉa, viêm ruột, viêm dạ dày cấp vào mùa hè rất có hiệu nghiệm.

Chú ý: Những người đi ỉa máu nóng không dùng được.

220. Rau dền, đậu xanh

Chữa trị: Viêm dạ dày cấp, dạng thấp nhiệt (bệnh trạng: đi ỉa nhiều lần, phân lỏng, đục, mùi hôi; hậu môn nóng rát; nước tiểu ít, đỏ; miệng khát, tim hồi hộp, bựa lưỡi vàng, sốt cao, mạch nhanh).

Liều lượng, cách dùng: Rau dền tươi 120g (khô 60g), đậu xanh 60g. Ninh nhừ, mỗi ngày ăn 1-2 lần, ăn liên tục trong 3 ngày.

Công hiệu: Diệt khuẩn, thanh nhiệt, giải độc, ngừng đi ỉa.

Chú ý: Bài thuốc để trị bệnh tả nhiệt, kiết lỵ

đi ra máu rất có hiệu quả.

- Những người đi tả do tì hư, kiết lỵ vì lạnh không dùng được thuốc này.

221. Xa tiền tử

Chữa trị: Viêm ruột, viêm dạ dày cấp tính dạng thấp nhiệt (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Xa tiền tử 30g (gói trong túi vải), cho vào 500ml nước, sắc lấy 300 ml, bỏ bã, cho gạo tẻ vào nấu thành cháo. Chia làm 2 phần ăn nóng.

Công hiệu: Thanh nhiệt, trừ tả, trừ thấp.

- Bài thuốc này thích hợp trị bệnh đái khó, viêm đường tiết niệu, viêm bàng quang, viêm khí quản, ho nhiều đờm.

222. Gừng tươi, hoàng liên

Chữa trị: Viêm ruột, viêm dạ dày cấp tính dạng thấp nhiệt (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng:

- Gừng tươi 120g, ép lấy nước; hoàng liên 30g, nghiền nhỏ. Đun nhỏ lửa, quấy đều cho đến khi khô là được.

Mỗi lần ăn 6g, uống với nước chè xanh, mỗi ngày 3 lần.

Công hiệu: Thanh nhiệt, trừ khẩu, trừ tả, vừa thổ vừa tả.

223. Hoa mộc miên, nước đường

Chữa trị: Viêm ruột đi ỉa cấp tính.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 30-50g hoa mộc miên, đường trắng vừa đủ. Cho vào 2 bát nước, sắc lấy 1 bát, bỏ bã, uống nước.

Công hiệu: Thanh nhiệt, tiêu viêm, trừ tả.

224. Chanh ướp muối

Chữa trị: Đi tả viêm ruột cấp tính.

Liều lượng, cách dùng:

- Lấy quả chanh luộc chín, bỏ vỏ, phơi khô ; cho vào ướp với muối. Để lâu càng tốt. Mỗi lần dùng 1 quả hòa vào 1 bát nước sôi, bỏ bã, uống nước.

Công hiệu: Mát dạ, tiêu viêm.

225. Hoa trứng gà

Chữa trị: Đi tả, viêm ruột cấp tính.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 30g hoa trứng gà khô, đường trắng vừa đủ. Cho vào 2 bát rưỡi nước, sắc lấy 1 bát. Bỏ bã, uống nước.

Công hiệu: Thanh nhiệt, giải độc, trừ tả.

226. Cháo rau dền

Chữa trị: Phòng bệnh viêm ruột, viêm dạ dày.

Liều lượng, cách dùng: Gạo tẻ 200g, rau dền

tươi 100g, thái nhỏ, nước vừa đủ, đun nhỏ lửa, nấu thành cháo.

Công hiệu: Bổ tì, bổ dạ dày, giải độc. Phòng viêm ruột, tả lỵ

XX. CHỮA VIÊM RUỘT, VIÊM DẠ DÀY MẠN TÍNH

227. Cháo gạo sơn dược

Chữa trị: Viêm ruột, viêm dạ dày mạn tính do tì vị hư nhược (bệnh trạng: đi ỉa phân lỏng, ăn ít, thần kinh mệt mỏi, bụng trướng, khó chịu, tiêu hóa không tốt, da vàng, chân phù thũng, nhạt miệng, mạch nhu).

Liều lượng, cách dùng: Sơn dược tươi 120g, (khô 60g), gạo tẻ 100g. Nấu thành cháo. Ăn vào lúc sáng và chiều.

Công hiệu: Bổ tì, trừ tả.

Chữa trị tì hư, ỉa chảy, kiết lỵ mạn tính, rất công hiệu. Bốn mùa đều dùng được.

228. Cháo nhân sâm gạo nếp

Chữa trị: Viêm ruột, viêm dạ dày mạn tính do tì vị hư nhược (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Nhân sâm 5g (nếu dùng

đảng sâm thì cần 15g) gạo tẻ 100g. Nấu thành cháo, cho vào 1 ít đường. Ăn vào lúc sáng, chiều.

Công hiệu: Tăng cường nguyên khí, trừ tả.

Chú ý: Những người âm suy dương thịnh, bốc hỏa, nóng trong không dùng bài thuốc này.

229. Cháo táo tầu, gạo tẻ

Chữa trị: Viêm ruột, viêm dạ dày mạn tính do tì vị hư nhược (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Dùng 15 quả táo, ngâm trong nước 1 tiếng, gạo tẻ 60g. Đem nấu thành cháo. Ăn vào buổi sáng, chiều.

Công hiệu: An tim, bổ tì, tăng cường khí huyết.

Chú ý: Những người đờm quá nhiều không dùng được.

230. Cháo sơn dược, thịt dê

Chữa trị: Viêm ruột, viêm dạ dày do tì, thận, dương hư (bệnh trạng: đi ỉa phân lỏng, ỉa liên tục, chữa lâu không khỏi, tâm thần, thể lực mệt mỏi, tứ chi giá lạnh, ỉa phân sống, bữa lưỡi đắng, nhạt miệng, mạch trầm).

Liều lượng, cách dùng: Thịt dê 250g, sơn dược 500g, gạo nếp 250g. Nước vừa đủ. Ninh nhừ thành cháo. Ăn nóng. Ăn vào buổi sáng, chiều.

Công hiệu: Bổ tì, trừ tả, bổ khí, ấm dạ.

Chú ý: Bài thuốc này về ôn, những người âm hư dương vượng không nên dùng.

231. Cháo hạt sen, khiếm thực

Chữa trị: Viêm dạ dày, viêm ruột mạn tính dạng tì, thận, dương hư (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Hạt sen 30g, ngâm trong nước nóng 2 tiếng, quả khiếm thực 60g. Nước vừa đủ, nấu thành cháo cho vào 1 ít đường.

Hàng ngày ăn vào 2 buổi sáng chiều lúc đói.

Công hiệu: Bổ tì, trừ tả.

Còn có tác dụng trừ tả lâu ngày chưa khỏi do tì, thận đều hư, mộng tinh di tinh.

Dùng được quanh năm, không phải kiêng ky gì.

232. Quả phật thủ nấu cháo gạo tẻ

Chữa trị: Viêm dạ dày mạn tính do khí huyết kém lưu thông, loét dạ dày, vùng liên sườn, sau bữa ăn rất đau, ợ chua, bựa lưỡi trắng, mỏng, đắng miệng, mạch huyền, thở hơi nóng, khò khè, miệng đắng, lưỡi vàng, khí huyết kém lưu thông, gây đau nhói, lưỡi tím sẫm, ỉa ra máu hoặc thổ huyết, phân đen).

Liều lượng, cách dùng: Phật thủ 15g, nấu lấy nước, bỏ bã. Lấy 100g gạo tẻ, một ít đường phèn, nấu thành cháo. Cháo chín, cho nước phật thủ vào.

Mỗi ngày ăn 2-3 lần.

Công hiệu: Chữa khỏi đau vùng khoang dạ dày, đầy hơi, buồn nôn.

233. Mai cá mực

Chữa trị: Viêm dạ dày mạn tính do khí huyết kém lưu thông, loét dạ dày tá tràng (bệnh trạng như trên).

Mai cá mực 500g, tán thành bột; hãm nước sôi uống. Uống trước bữa ăn, mỗi lần 6g, mỗi ngày 3 lần.

Công hiệu: Hết ợ chua, giảm đau, cầm máu.

Chữa loét dạ dày, tá tràng rất có hiệu quả.

Chú ý: Những người viêm dạ dày, nhưng ít ợ chua, không nên dùng.

234. Sò biển

Chữa trị: Viêm dạ dày mạn tính do khí huyết kém lưu thông, loét dạ dày, tá tràng (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Sò biển 500g, sấy khô, tán nhỏ. Mỗi lần uống 2g, uống với nước cháo, nước cơm.

Công hiệu: Chữa đau dạ dày, ợ chua.

Chú ý: Người mắc chứng tì vị hư hàn không nên dùng.

235. Tam thất hầm thịt lợn nạc

Chữa trị: Vị toan quá nhiều, sa dạ dày, u nhọt trong dạ dày, đau ngày đêm không ngừng, đau thần kinh dạ dày, tiêu hoá khó, trướng bụng.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 4g tam thất tán nhỏ, 200g thịt lợn nạc thái miếng. Dùng dầu lạc, tỏi muối xào chín thịt, cho thịt vào bát, rắc bột tam thất lên trên. Hấp chín. Ăn vào 2 bữa cơm. Cách ngày ăn 1 lần. Những người đau nhẹ, điều trị 3-5 lần sẽ khỏi. Người bệnh nặng, điều trị trên 10 lần sẽ có hiệu quả.

236. Gừng tươi, táo tầu

Chữa trị: Viêm dạ dày mạn tính do hư hàn; loét dạ dày, loét tá tràng (bệnh trạng: vùng dạ dày đau âm ỉ, muốn chườm nóng, đau bụng lúc đói, ăn xong giảm đau, ỉa phân lỏng, chân tay giá lạnh, tinh thần mệt mỏi, nhạt miệng.

Liều lượng, cách dùng: Gừng tươi 5 lát, táo 5 quả, bán hạ 6g. Sắc lấy nước uống.

Công hiệu: Khỏi đau dạ dày, buồn nôn, nôn mửa.

Chú ý: Những người có tiền sử thổ huyết, khạc ra máu không dùng bài thuốc này.

237. Hồ tiêu trắng hầm dạ dày lợn

Chữa trị: Viêm dạ dày mạn tính dạng hư hàn, loét dạ dày, tá tràng (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Hồ tiêu trắng 15g, nghiền nhỏ. Dạ dày 1 chiếc rửa sạch.Cho bột hồ tiêu vào trong dạ dày, đun nhỏ lửa, ninh nhừ, cho vào 1 ít muối ăn. Ăn vào 2 bữa cơm.

Công hiệu: Chữa viêm dạ dày dạng hư hàn.

Chú ý: Những người thổ huyết không nên dùng.

238. Ô mai

Chữa trị: Viêm dạ dày mạn tính dạng vị âm hư, loét dạ dày, tá tràng (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Ô mai 2500g, ninh nhừ, bỏ hạt. Đun nhỏ lửa, cô đặc nước ô mai thành cao, cho 1 ít đường mạch nha vào quấy đều.

Mỗi ngày ăn 3 lần, mỗi lần 10ml. Ăn trước bữa cơm.

Công hiệu: thích hợp với những người ít ợ chua, âm vị hư những người ợ chua nhiều, không được dùng.

239. Quả vải, sơn dược...

Chữa trị: Viêm dạ dày, viêm ruột mạn tính do tì, thận, dương đều hư (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Cùi quả vải khô 50gr,

sơn dược, hạt sen, mỗi thứ 20g, trộn đều. Cho vào 100g gạo tẻ, nấu thành cháo.

Công hiệu: Bổ thận, đau bụng đi ỉa

240. Bổ cốt chỉ hoàn

Chữa trị: Viêm dạ dày, mật mạn tính do tì, thận dương hư, (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Bổ cốt chỉ 120g, tán thành bột, thảo quả 60g (quả tươi, xay thành bột) táo 50 quả, gừng tươi 120g, thái lát. Trước hết đem gừng, táo ninh nhừ, vớt bỏ gừng đi. Trộn táo, bổ cốt chỉ, thảo quả, vê thành viên. Mỗi lần ăn 50 viên với nước ấm, Ăn vào buổi sáng, chiều.

Công hiệu: Trừ tả, ổn tì, bổ thận, dương, chữa trị chứng đi ỉa.

Chú ý: Những người âm suy dương thịnh không dùng bài thuốc này.

241. Trứng vịt, giấm chua

Chữa trị: Viêm dạ dày, viêm ruột mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Trứng vịt 1-2 quả, giấm chua 250g.

Nấu chín kỹ, ăn trứng, uống nước giấm.

242. Bạch truật, màng mề gà

Chữa trị: Viêm dạ dày, viêm ruột mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Sao vàng mề gà,

bạch truật mỗi thứ 150g, tán bột. Mỗi ngày uống 2 lần, mỗi lần 10g, uống với nước sôi, uống trước bữa ăn.

243. Bột gạo tẻ, nước gừng

Chữa trị: Viêm dạ dày, viêm mật mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Cho gạo tẻ vào chảo, rang kỹ, tán thành bột, mỗi lần uống 5g với nước gừng nóng, uống trước bữa ăn.

Công hiệu: Bổ tì, bổ vị, tiêu viêm, trừ tả.

244. Cháo đậu tằm đường

Chữa trị: Viêm thận, phù thũng.

Liều lượng, cách dùng:

Chữa chứng bệnh ăn vào muốn nôn ra.

248. Nước mía, nước ngó sen...

Chữa trị: Ăn vào muốn nôn ra, miệng khô, ngán ăn.

Liều lượng, cách dùng: Nước mía, nước ngó sen, nước mã thầy, nước lá hẹ mỗi thứ 1 cốc nhỏ. Cho vào 100g đường, nấu sôi, uống nóng.

Công hiệu: Mát dạ, ăn uống dễ tiêu.

249. Nước mía, mật ong

Chữa trị: Ăn vào nôn ra, nóng dạ, đắng miệng, không muốn ăn.

Liều lượng, cách dùng: Nước mía 50ml, mật ong 30g. Quấy đều, uống mỗi ngày 1 lần, uống lúc đói lúc sáng sớm.

Công hiệu: Mát dạ, dễ tiêu hóa

250. Nước lá hẹ, nước gừng, sữa bò

Chữa trị: Ăn vào muốn nôn ra, nghẹn canh, lạnh bung.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 2 thìa nước lá hẹ, 1 thìa nước gừng tươi và sữa bò tươi 250ml. Hấp cách thủy, uống trước bữa ăn.

Công hiệu: Trừ lạnh, khỏi nôn.

251. Đinh hương, tuyết lê

Chữa trị: Ăn vào muốn nôn ra.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 1 quả tuyết lê, bỏ hạt, cho 10-15 hạt đinh hương vào trong quả lê. Lấy giấy loại thấm nước gói bọc 4-5 lớp. Đốt nhỏ lửa nướng cháy hết giấy là ăn được.

Công hiệu: Mát dạ, hết nôn.

XXI. CHỮA TỲ, VỊ HƯ NHƯỢC

252. Cháo gạo, cà rốt

Chữa trị: Tì vị hư nhược.

Liều lượng, cách dùng: Lấy cà rốt, gạo tẻ

lượng vừa đủ, nấu thành cháo.

Công hiệu: Kiện tì, ấm dạ.

253. Cơm nước gừng, thịt bò

Chữa trị: Tì vị hư nhược sau khi ốm.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 100-150g thịt bò tươi, thái nhỏ, băm nát. Cho vào 20-40 giọt nước gừng, một ít tương, dầu lạc, đảo đều.

Khi nồi cơm sôi, nước cạn, đặt thịt hấp trên mặt nồi cơm. Khi chín, ăn thịt bò với cơm

Công hiệu: Bổ tì, bổ vị.

254. Thịt bò hồ tiêu

Chữa trị: Tì, vị, hư hàn, không muốn ăn.

Liều lượng, cách dùng: Thịt bò 1500g, hồ tiêu, sa nhân, trần bì, vỏ quế mỗi thứ 3g, gừng tươi 15g và một ít hành, muối. Nấu chín kỹ. Ăn mỗi ngày 2 lần, mỗi lần 100g.

Công hiệu: Mạnh tì, bổ vị, trừ hư hàn, kích thích tiêu hóa.

255. Cháo gạo nếp, tiểu mạch

Chữa trị: Trẻ em tì vị hư nhược, người lớn trung khí hư nhược.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng khoảng 50g gạo nếp, 60g tiểu mạch. Nấu thành cháo, cho vào cháo một ít đường.

Công hiệu: Kiên tì vị, tăng cường khí huyết.

XXII. CHỮA ĐI TẢ CẤP TÍNH

256. Gừng khô, xa tiền tử

Chữa trị: Đi tả cấp tính (hàn thấp, thâm nhập, tì vị bị tổn thương, ỉa phân lỏng, có mùi hôi, đau bụng sôi, phát sốt phát rét, bựa lưỡi trắng, mạch phù).

Liều lượng, cách dùng: Dùng 3 g gừng khô, 10g xa tiền tử sao vàng tán thành bột. Hòa với 1 thìa đường đỏ, nước đem đun sôi kỹ. Mỗi lần uống 1 cốc.

Hoặc cho 6g gừng khô, 30g xa tiền tử đã sao vàng. Sắc lấy nước uống.

Công hiệu: Ôn trung, trừ tả. Chữa đi ỉa lỏng do tì vị hư hàn, bụng sôi, phân lỏng có mùi hôi có hiệu quả.

Chú ý: Khi ngừng đi tả thì thôi không uống thuốc.

257. Nước chè, gừng

Chữa trị: Đi tả cấp tính (bệnh trạng như trên)

Liều lượng, cách dùng: Chè xanh 6g, bột gừng khô 3g cho vào nước sôi, hâm trong 10 phút. Uống thay nước chè hàng ngày.

Chữa viêm ruột, tả lị do vi khuẩn rất hiệu quả.

258. Thạch lựu

Chữa trị; Đi ỉa lạnh, ỉa ra toàn nước, miệng khát, môi nhợt nhạt.

Liều lượng, cách dùng: Quả lựu còn xanh (chưa chín) đem phơi khô, tán thành bột. Uống với rượu, mỗi ngày uống 2 lần.

Công hiệu: Khử hàn bổ tì, trừ tả.

259. Nước chè, giấm chua

Chữa trị: Đi tả nhiệt ra nước mầu vàng, bốc mùi hôi, miệng khát.

Liều lượng, cách dùng: Một cốc nước chè đặc, pha vào 1 ít giấm chua uống.

Công hiệu: Thanh nhiệt, trừ tả, khỏi khát.

260. Nước tỏi

Chữa trị: Đi tả không dứt.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 củ tỏi to, sao toàn tính, sắc lấy nước uống.

261. Gà mái vàng hầm hạt sen

Chữa trị: Đi tả kéo dài, cơ thể suy nhược, biếng ăn.

Liều lượng, cách dùng: 1 con gà mái vàng, 150g hạt sen. Gà làm sạch, bỏ lòng, ruột, hầm với

hạt sen.

Công hiệu: Khai vị, trừ tả.

262. Trứng gà, giấm chua

Chữa trị: Đi tả nhiều lần không khỏi.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 2 quả trứng gà, nấu chín với giấm, ăn nóng.

Công hiệu: Bổ tì, trừ tả.

263. Rễ rau dền gai, củ cải khô, gừng tươi

Chữa trị: Đau bụng, đầy hơi đi tả.

Liều lượng, cách dùng: Rễ rau dền gai 50-100g, củ cải khô 20 g, gừng tươi 3 lát. Cho vào 1 bát rưỡi nước, sắc lấy 1 bát. Để nguội hòa vào một ít mật ong. Mỗi ngày uống 2-3 thang.

Công hiệu: Khỏi đau bụng, hết đầy, trừ tả.

264. Rượu trứng gà

Chữa trị: Đi ỉa cấp tính.

Liều lượng, cách dùng: Lấy rượu xào với trứng gà hoặc rượu đun sôi đập trứng gà vào uống.

265. Quả cật lợn, cốt toái bổ

Chữa trị: Đi ỉa cấp tính.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 1 quả cật lợn bổ ra, trộn với bột cốt toái bổ, xào chín, ăn nóng.

XXIII. CHỮA ỈA CHẢY MÃN TÍNH

266. Cháo sơn dược, đường trắng

Chữa trị: Bệnh ỉa chảy mạn tính (tì vị hư nhược, không muốn ăn, đi ỉa phân loãng, nước phân có lẫn thức ăn không tiêu hóa được, mệt mỏi uể oải miệng nhạt, bựa lưỡi trắng, mạch chậm yếu).

Liều lượng, cách dùng: Sơn dược khô thái lát 60g, nghiền nát, cho vào nước, quấy đều, nấu thành cháo. Cho vào cháo 1 ít đường trắng. Mỗi ngày ăn 2-3 lần.

Công hiệu: Bổ tì, trừ tả.

Chữa trị có hiệu quả chứng tì vị hư nhược, ăn ít, gầy yếu, ỉa chảy mạn tính, phân lỏng.

267. Cháo gạo nếp, hạt sen

Chữa trị: Bệnh ỉa chảy mạn tính (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Hạt sen (bỏ tâm sen) 300g, cho vào nước sôi, ninh nhừ. Cho 500 g gạo nếp hoặc gạo tẻ ngâm nước sôi trong 2 tiếng, vớt ra, đãi sạch, để ráo nước, trộn với hạt sen (đã ninh nhừ). Tất cả cho vào nồi chõ hấp chín. Để nguội, cắt thành miếng, rắc đường lên trên. Dùng làm món ăn điểm tâm buổi sáng, chiều.

Công hiệu: Bổ tì, săn ruột, trừ tả.

Người mắc chứng tì hư, đi tả mạn tính ăn lúc còn nóng. Ăn thường xuyên rất có hiệu quả.

268. Bột khiếm thực, phục linh, cháo gạo tẻ

Chữa trị: Bệnh ỉa chảy mạn tính (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Bột khiếm thực 60g, bột phục linh 20g, gạo tẻ 100g. Trước hết đun gạo nấu thành cháo. Bột khiếm thực, phục linh quấy vào nước lã sau đó cho vào cháo, quấy đều, đun sôi 2-3 lần là được.

Công hiệu: Kiên tì, trừ tả.

Chữa bệnh tả do tì hư, kéo dài rất hiệu quả.

Già trẻ đều dùng được. Có thể ăn thường xuyên, cũng có thể cho vào cháo một ít đường trắng.

269. Hoàng kỳ, gạo tẻ

Chữa trị: Bệnh ỉa chảy mạn tính (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Hoàng kỳ tươi 30g, sắc lấy nước đặc. Cho vào 100 g gạo, 1 ít đường nấu thành cháo. Khi cháo chín, cho vào 1 g bột trần bì. Quấy đều, ăn nóng.

Công hiệu: Kiên tì, bổ dưỡng dạ dày, trừ tả. Thích hợp chữa trị bệnh ỉa chảy mạn tính.

Chú ý: Người bị cảm mạo phát sốt không được dùng.

270. Táo, màng mề gà, bạch truật...

Chữa trị: Bệnh ỉa chảy mạn tính (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Táo chín 250 g, màng mề gà 60g, bột gừng khô 60 g, bạch truật tươi 120g. Trước hết đem bạch truật, màng mề gà sao khô, tán thành bột, sau đó trộn với bột gừng, táo nghiền nát làm thành bánh nướng chín. Dùng làm bánh ăn điểm tâm, ăn nhấm nháp, ngậm, nuốt từ từ.

Công hiệu: Bổ tì, tăng cường khí huyết.

Chữa khỏi chứng ỉa chảy do tì vị hư nhược, ỉa chảy kéo dài, phân sống, mệt mỏi không muốn ăn.

Những người ăn uống khó tiêu thì khi dùng bạch truật, táo cũng có hiệu quả.

271. Bột gạo, bột mì sao vàng

Chữa trị: Bệnh ỉa chảy mạn tính (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Bột gạo, bột mì mỗi thứ 250g cho vào chảo rang vàng. Khi dùng cho vào 1 ít đường quấy với nước sôi uống. Uống cả ngày tùy ý.

Công hiệu: Bổ trung ích khí, trừ tả.

Có thể dùng chữa khỏi chứng sốt cao, buồn bã chân tay, ỉa chảy. Trẻ em, người lớn đều dùng được không phải kiêng kị gì.

272. Hạt sen

Chữa trị: Bệnh ỉa chảy do tì vị hư nhược (bệnh trạng: đi ỉa lúc lỏng, lúc tả, phân sống, đi nhiều lần, tăng dần, ăn uống giảm, sắc mặt vàng vọt, nhạt miệng, bựa lưỡi trắng, mạch vi nhược).

Liều lượng, cách dùng: Hạt sen khô (bỏ tâm sen). Cho nước vừa đủ, ninh nhừ, nghiền nát. Lấy 500 g gạo nếp hay gạo tẻ, trộn với hạt sen, nấu thành cháo, cô đặc, để nguội, rắc lên mặt cháo đặc ít đường, ăn cả ngày.

Công hiệu: Kiên tì, ích khí, trừ tả.

273. Cháo quả vải

Chữa trị: Bệnh ỉa chảy suốt đêm (lúc gần sáng, bụng sôi, đau, ỉa xong thì yên, chân tay giá lạnh, lưng gối mỏi nhừ, nhạt miệng, bựa lưỡi trắng, mạch trầm).

Liều lượng, cách dùng: Cùi quả vải khô 50g, sơn dược và hạt sen mỗi thứ 10 g. Cho vào một ít gạo, nước vừa đủ, nấu thành cháo.

Ăn vào 2 bữa sáng chiều.

Công hiệu: Ôn thận, kiên tì, trừ tả.

XXIV. CHỮA BỆNH BÍ ĐÁI

274. Râu ngô, xa tiền tử

Chữa trị: Bí đái (tiểu tiện không thông, nước đái nhỏ giọt ít một, bệnh diễn biến nhanh).

Liều lượng, cách dùng: Râu ngổ 50 g, xa tiền tử 20 g (bỏ trong túi vải), cam thảo tươi 10 g. Cho vào 500 ml nước, sắc lấy 400 ml, bỏ bã, uống nóng. Mỗi ngày uống ba lần.

Công hiệu: Thanh nhiệt, lợi tiểu.

Có tác dụng chữa viêm đường tiết niệu, viêm bàng quang, bí đái do chứng thấp nhiệt.

Chú ý: Phụ nữ có thai không được dùng.

275. Nước mía, nước nõn ngó sen

Chữa trị: Bí đái (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Mía tươi 500g, róc vỏ, cắt khúc, ép lấy nước, nõn ngó sen non 100g, bỏ đốt, cắt khúc, ép lấy nước, trộn vào nước mía.

Một ngày uống 3 lần.

Công hiệu: Thanh nhiệt, giải độc, lợi tiểu, nhất là chữa bệnh nước đái nóng, vàng.

Chú ý: Người bí đái dạng hư hàn không được dùng.

276. Hoàng kỳ nấu với cá chép

Chữa trị: Bí đái (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Hoàng kỳ tươi 60g, cá chép tươi 1 con (khoảng 250-300 g). Nấu chín kỹ, ăn với cơm.

Công hiệu; Giải độc, lợi tiểu. Người cao tuổi khí hư bí đái dùng rất tốt.

Chú ý: Người bị ngoại cảm, chưa khỏi, nóng trong không được dùng.

277. Sứa biển, mã thầy

Chữa trị: Bí đái.

Liều lượng, cách dùng: Sứa biển, 200g, mã thầy 10 củ. Cho vào 5 bát nước, sắc lấy 2 bát. Chia làm 2 lần uống hết trong ngày.

Công hiệu: Giải độc, lợi tiểu.

278. Râu ngô, hoa hồi

Chữa trị: Bí đái, bàng quang, trướng đau, không có bệnh gì khác.

Liều lượng, cách dùng: Râu ngô hoặc lõi ngô 200g, hồi 5g; sắc kỹ, pha thêm ít đường uống.

Công hiệu: Giảm trướng, lợi tiểu.

279. Trư linh

Chữa trị: Bí đái.

Liều lượng, cách dùng: Trư linh, phục linh,

trạch tả, cao Đông A, hoạt thạch, mỗi thứ 9g. Sắc kỹ uống.

Công hiệu: Giải độc, lợi tiểu.

Còn có tác dụng chữa chứng nước đái nóng, phát sốt, miệng khô khát liên miên, hoặc tim hồi hộp, không ngủ được, ho, nôn mửa, kiết lị.

280. Cháo cao lương

Chữa trị: Tì hư, thủy thấp bất lợi sinh ra bí đái.

Liều lượng, cách dùng: Hàng ngày, ăn sáng bằng cháo cao lương với lượng vừa phải, có thể thêm đường trắng.

Công hiệu: Bổ tì, thanh nhiệt, lợi tiểu.

281. Cháo ngô

Chữa trị: Hư nhiệt sinh ra đái dắt.

Liều lượng, cách dùng: Hàng ngày, buổi sáng ăn cháo ngô với muối hoặc đường.

Công hiệu: Thanh nhiệt, lợi tiểu.

282. Giá đậu xanh

Chữa trị: Bí đái.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 500g giá đậu xanh, rửa sạch, cho vào túi vải sạch, ép lấy nước, phá vào ít đường. Uống thay nước chè, uống không kỳ hạn; uống đến khi nào thông tiểu tiện thì thôi.

Công hiệu: Thanh nhiệt, lợi tiểu.

283. Cá chuối (cá lóc) nấu với đậu phụ

Chữa trị: Bí đái do thận hư.

Liều lượng, cách dùng: Cá chuối 500 g, bỏ đầu, ruột, rửa sạch. Cho nước vừa đủ, một ít muối, ninh nhừ, cho đậu phụ 250 g và đun sôi tiếp ích phút. Ăn vào 2 bữa cơm.

XXV. CHỮA SƯNG TẤY TIỀN LIỆT TUYẾN

284. Hoàng kỳ hầm với cá diếc

Chữa trị: Tiền liệt tuyến sưng tấy (bệnh trạng: Bí đái nhiều lần, ban đêm cũng nhiều, lượng nước tiểu không nhiều, nhưng vẫn có cảm giác đái chưa hết, tia nước đái không xa. Người mắc bệnh nặng bệnh nặng có thể đái không ra nước, bụng dưới đau trướng , nằm ngồi không yên).

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 30 g hoàng kì, cá diếc (hoặc cá chép) 1 con khoảng 250g. Hầm chín ăn. Mỗi tuần ăn 2 lần.

Công hiệu: Chữa trị hiệu nghiệm chứng sưng tiền liệt tuyến dẫn đến đái dắt, không đái được.

285. Hoàng kỳ, phục linh, đại hoàng...

Chữa trị: Sưng tấy tiền liệt tuyến.

Liều lượng, cách dùng: Dùng Hoàng kỳ 30 g, phục linh 30g, đại hoàng 30g, (sau giảm dần); con tê tê, nhân quả đào mỗi thứ 10g, đan sâm 30g, xuyên ngưu tất trung tâm 5g, quế 5g, sun-phát-nát-ri 6g. Sắc lấy nước uống.

- Người cao tuổi, thể chất tương đối tốt uống cũng rất tốt.

- Những người khí hư có thể tăng hoàng kỳ 60-9g. Thực tế đã chứng minh, có người điều trị 2-3 lần là khỏi bệnh.

286. Bông mã đề

Chữa trị: Tiền liệt tuyến sưng tấy cấp tính.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 150g bông mã đề tươi sắc lấy nước uống. Uống thay nước chè.

287. Hốt trượng, ngũ linh chi

Chữa trị: Sưng tiền liệt tuyến mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Hốt trượng 150g, ngũ linh chỉ 9g, hắc bạch xước (rễ cỏ xước) 3g, thổ ngưu tất 15 g.

Sắc kỹ lấy nước, cho vào 3 g băng phiến, chia làm 2 lần uống hết trong ngày.

Chữa khỏi viêm tiền liệt tuyến mạn tính, còn có tác dụng chữa chứng di tinh, bệnh không xuất tinh khi giao hợp.

288. Hoa bạch lan, thịt lợn nạc

Chữa trị: Viêm tiền liệt tuyến.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 30 gr hoa bạch lan (hoa khô dùng 10g), thịt lợn nạc 150-200 g. Cho nước vừa đủ, ninh nhừ.

Công hiệu: Bổ âm, tiêu viêm.

XXVI. CHỮA BỆNH ĐÁI NHIỀU

298. Sơn nấm tử, cá nheo

Chữa trị: Bệnh đái đêm nhiều.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 60 g sơn nấm tử, cá nheo 1-2 con. Cho vào 3 bát nước hầm lấy 1 bát. Khi ăn cho ít muối, dầu ăn.

Công hiệu: Bổ thận, điều hòa tiểu tiện.

290. Hạt sen, khiếm thực, thịt lợn nạc

Chữa trị: Đái đêm nhiều.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 50 g hạt sen, 50 g khiếm thực, 200 g thịt lợn nạc. Ninh nhừ, ăn vào 2 bữa cơm.

Công hiệu: Bổ thận, điều hòa tiểu tiện.

291. Thịt hến, thịt lợn nạc

Chữa trị: Đái đêm nhiều.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 30-50 g, thịt con hến. 200 g thịt lợn nạc. Ninh nhừ, cho vào ít muối, ăn vào 2 bữa cơm.

Công hiệu: Bổ âm, khống chế tiểu tiện.

292. Ba kích hầm ruột gà

Chữa trị: Thận hư, đái đêm nhiều.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 15 g ba kích, ruột gà 2-3 bộ, mổ rửa sạch. Cho vào 2 bát nước, nấu lấy 1 bát, cho vào 1 ít muối.

Công hiệu: Bổ thận, điều hòa bài tiết.

293. Nhân hồ đào, rau hẹ

Chữa trị: Đái đêm nhiều.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 600g nhân hồ đào, 150 g lá hẹ, xào với dầu vừng. Cho vào 1 ít muối, ăn vào 2 bữa cơm.

Công hiệu: Bổ thận, điều hòa bài tiết.

294. Bổ cốt chỉ, bàng quang dê

Chữa trị: Thận hư, đái dắt.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 15 gr bổ cốt chỉ, 150-200 g bàng quang dê, thái nhỏ. Ninh nhừ, cho vào 1 ít muối, ăn cái, uống nước.

Công hiệu: Ấm vùng bụng dưới, điều hòa tiểu tiện.

295. Ruột gà, rượu

Chữa trị: Thận hư, đái dắt.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 2-3 bộ ruột gà, rửa sạch, cắt thành từng đoạn nhỏ, sào với dầu lạc. Khi chín cho vào 1-2 thìa rượu. Ăn với cơm

Công hiệu: Bổ thận khí, điều hòa tiểu tiện.

296. Bổ cốt chỉ, bàng quang lợn

Chữa trị: Đái đêm nhiều.

Liều lượng, cách dùng: Bổ cốt chỉ 15g, bàng quang lợn 1 chiếc. Bổ cốt chỉ rửa sạch, giã nhỏ bọc trong túi vải, ninh nhừ với bàng quang. Ăn cái uống nước, ăn trước lúc đi ngủ.

Cách ngày ăn 1 lần, điều trị liên tục 3 lần, có thể thấy kết quả.

297. Rau dền gai, củ cải khô, gừng tươi

Chữa trị: Đái dắt, đái tháo, đái buốt, đái ra máu.

Liều lượng, cách dùng: Rễ dền gai 50-100g, củ cải khô 20g, gừng tươi 3 lát, cho vào 1 bát nước, sắc lấy 1 bát. Để nguội cho mật ong vào uống. Mỗi ngày uống 2-3 lần.

Công hiệu: Bổ thận, điều hòa tiểu tiện.

298. Thục phụ phiến, gừng nướng, thịt chó

Chữa trị: Đái đêm nhiều.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 15-30 g thục phụ phiến, 150 g gừng tươi đem nướng chín, 500 -100 g thịt chó, rửa sạch thái nhỏ. Trước hết xào chín thịt chó với tỏi, dầu lạc, sau đó cho thục phục phiến, gừng nướng thái lát vào, tiếp tục đun nhỏ lửa 2 tiếng là ăn được. Ăn cả nước lẫn cái.

Công hiệu: Bổ thận, điều hòa tiểu tiện.

Chú ý: Người bị cảm mạo không được dùng.

299. Đậu đen hầm thịt chó

Chữa trị: Thận hư, đái nhiều, đái dắt.

Liều lượng, cách dùng: Đậu đen 30g, thịt chó 250 g. Tất cả đem ninh nhừ, cho vào ít gia vị.

Công hiệu: Bổ thận, điều hòa tiểu tiện

300. Phụ tử, gừng tươi, thịt chó

Chữa trị: Đái đêm nhiều.

Liều lượng, cách dùng: Thịt chó 100g, thái nhỏ, phụ tử 30 g sao vàng, gừng tươi 150 g.

Đun sôi dầu ăn, lần lượt cho vào ít tỏi, một ít nước và thịt chó, tiếp tục đun sôi, sau đó cho phụ tử, gừng vào và đun nhỏ lửa trong 2 tiếng.

Cha làm 9 phần ăn trong 3 ngày liền

301. Thịt rùa, gà trống con

Chữa trị: Bệnh đái nhiều ở người cao tuổi.

Liều lượng, cách dùng: Thịt rùa 500 g, thịt gà trống con (số lượng tùy ý), ninh nhừ, ăn thịt, uống nước.

Công hiệu: Bổ thận, điều hòa tiểu tiện.

302. Hạnh đào, nhộng tằm

Chữa trị: Bệnh đái đêm nhiều của người cao tuổi.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 100-150g hạnh đào, 50 g nhộng tằm. Hấp cách thủy.

Công hiệu: Bổ thận, điều hòa tiểu tiện.

303. Thịt bào ngư

Chữa trị: Bệnh đái dắt.

Liều lượng, cách dùng: Thịt bào ngư nấu chín ăn với cơm.

Công hiệu: Chữa khỏi chứng đái dắt ở những người thể lực kém.

XXVII. CHỮA BỆNH NẤC

304. Đinh hương, tai quả hồng

Chữa trị: Bệnh nấc (do ăn uống không điều độ, nóng lạnh thất thường, tâm trí phiền muộn,

khí hư, sinh ra đầy hơi, ho, nấc, không thể tự kiểm chế được).

Liều lượng, cách dùng: Tai quả hồng 10g, đinh hương 3g, gừng tươi 5 lát. Sắc lấy 1 bát nước, ngày uống 2 lần.

Công hiệu: Ấm tì vị, cắt cơn nấc.

Chú ý: Những người ốm kéo dài, bệnh nặng, cơ thể yếu không được dùng.

305. Rễ lau sậy, trúc nhự

Chữa trị: Bệnh nấc (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Rễ lau sậy 100g, trúc nhự 30g. Sắc kỹ lấy nước, hoà vào 1 ít mật ong, uống nóng.

Công hiệu: Chữa khỏi nóng dạ, nấc, nôn mửa.

Chú ý: Người bị nấc lạnh dạ không được dùng.

306. Cháo tía tô

Chữa trị: Bệnh nấc (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Tía tô 20gr, giã nát, hòa với nước đun sôi, vắt lấy nước bỏ bã. Cho 10 g gạo vào nước tử tô, một ít đường, nấu thành cháo.

Ăn vào 2 bữa sáng, chiều.

Công hiệu: Khỏi nấc, tiêu đờm, nhuận phổi.

Chú ý: Người mắc bệnh ỉa chảy, người cao tuổi không được dùng.

307. Tai quả hồng, đao đậu

Chữa trị: Bệnh nấc (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Tai quả hồng 6 chiếc, đao đậu 20 g (thái nhỏ), gừng tươi 3 lát. Sắc lấy nước, bỏ bã, hòa vào ít đường đỏ. Mỗi ngày uống 3 lần.

Công hiệu: Khỏi bệnh nấc do hư hàn.

- Người bị nôn mửa, do vị hàn cũng dùng được.

308. Nước gừng tươi, đường trắng

Chữa trị: Ăn no, ăn vội, đi quá nhanh, hoặc bị nhiễm lạnh sinh ra nấc.

Liều lượng, cách dùng: Nước gừng tươi 25 gr, hòa vào nước sôi và một ít đường.

Công hiệu: Ấm tì vị, khỏi nấc.

309. Tai hồng, gừng tươi

Chữa trị: Đột nhiên bị nấc không dứt cơn.

Liều lượng, cách dùng: Tai hồng 10 chiếc, gừng tươi 10 g. Cho vào 1 bát nước, nấu chín. Ăn cái, uống nước.

Công hiệu: Cắt cơn nấc.

310. Quả hạnh đào

Chữa trị: Người cao tuổi, ốm lâu ngày, nấc liên tục.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 200 gr cái hạnh đào rán với dầu. Ăn hết 1 lần.

Công hiệu : Bổ khí, khỏi nấc.

XXVIII. CHỮA BỆNH PHÙ THŨNG

311. Rễ cỏ tranh, đậu đỏ

Chữa trị: Bệnh phù thũng (do trong cơ thể ứ đọng dịch thể trên cơ bắp, dưới da dẫn đến đầu, mặt, chân tay và toàn thân phù nề, lấy ngón tay ấn vào thành vết lõm).

Liều lượng, cách dùng: rễ cỏ tranh tươi 200 gr. Sắc lấy nước, bỏ bã. Cho vào 200 g gạo tẻ đổ vào nấu chành cháo. Mỗi ngày ăn 3-4 lần.

Công hiệu: Trừ phù thũng.

- Những người bị phù thũng, bộ phận tiểu niệu có sỏi, trong nước tiểu có máu dùng bài thuốc này rất có hiệu quả.

312. Râu ngô

Chữa trị: Bệnh phù thũng (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Râu ngô tươi 100g, cho nước vừa đủ, sắc trong 1 tiếng, gạn lấy nước, tiếp tục đun nhỏ lửa, cô đặc lại còn 100 ml cho vào 500g đường trắng, trộn đều. Để nguội, cho vào lọ dùng. Mỗi lần uống 10g, uống với nước sôi. Mỗi ngày uống 3 lần.

Công hiệu: Thanh nhiệt, lợi tiểu, tiêu phù, hạ huyết áp.

313. Vỏ bí đao, đậu tằm

Chữa trị: Bệnh phù nề (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Vỏ bí đáo 60 gr, đậu tằm 60g, cho vào 3 bát nước, sắc lấy 1 bát, bỏ bã. Uống mỗi ngày 3- 4 lần.

Công hiệu : Kiên tì, lợi tiểu, giải phong nhiệt, tiêu phù nề.

Chú ý: Những người ăn đậu tằm bị dị ứng thì không nên dùng bài thuốc này.

314. Phục linh, bột gạo, đường trắng

Chữa trị: Bệnh phù nề (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Dùng bột phục linh, bột gạo, đường trắng tỉ lệ bằng nhau. Cho nước vào quấy đều. Đem rán thành bánh, làm món ăn điểm tâm buổi sáng, buổi chiều.

Công hiệu : Chữa khỏi chướng, phù nề, tim đập loạn nhịp, mất ngủ, tinh thần mệt mỏi... Dùng thường xuyên sẽ có hiệu quả rõ.

315. Đậu đỏ, cá chép

Chữa trị: Bệnh phù nề (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Dùng 100 g đậu đỏ, 1 con cá chép (khoảng 250-500 g) bỏ ruột, để lại vẩy.

Đem cá, đậu ninh nhừ, không cho muối. Chia làm 2 lần ăn hết trong ngày.

Công hiệu: Lợi tiểu, tiêu phù.

Bài thuốc này phải ăn nhạt.

- Bài thuốc cũng có công hiệu đối với bệnh viêm thận phụ nữ có thai bị phù.

316. Cháo ngân hạnh, khiếm thực

Chữa trị: Bệnh phù nề (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Ngân hạnh 10 quả bỏ hạt, khiếm thực 50 g, gạo nếp 50g, Cho nước, nấu thành cháo, cho vào 1 ít muối.

Mỗi ngày ăn 1 lần. Điều trị 2 lần sẽ thấy hiệu quả.

317. Lạc nhân, cá chép

Chữa trị: Bệnh phù nề do suy dinh dưỡng.

Liều lượng, cách dùng: Lạc nhân 100g, cá chép hoặc cá diếc 1 con. Ninh nhừ, cho vào 1 ít nước

Công hiệu: Lợi tiểu, tiêu phù.

318. Sữa dê, đường trắng

Chữa trị: Bệnh phù nề do viêm thận mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 500ml sữa dê, đun sôi cho vào 1 ít đường trắng.

Hàng ngày uống vào 2 buổi sáng, chiều.

Công hiêu: Lợi tiểu, tiêu phù.

319. Cá diếc, vỏ bí đao

Chữa trị: Bụng to do bóng nước.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 con cá diếc, 100g, 100g bí đao. Cá rửa sạch, bỏ mật, nấu chín kỹ với vỏ bí đao.

Công hiệu: Lợi tiểu, tiêu phù.

320. Gà mái, hấp rượu

Chữa trị: Bệnh phù tim, chi dưới phù nề.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 con gà mái, làm sạch lông bỏ ruột, cho rượu vào hấp chín.

Công hiệu: Lợi tiểu, tiêu phù, an thần.

321. Đậu tằm, đường đỏ

Chữa trị: Các chứng phù nề.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 100g đậu tằm (loại đậu cũ từ những năm trước), 200g đường đỏ. Đậu sát bỏ vỏ, nấu với đường đỏ thành chè đậu. Ăn dần bằng nhiều bữa trong ngày.

322. Râu ngô, củ cải, chè bạch mao

Chữa trị: Các chứng phù nề.

Liều lượng, cách dùng: Râu ngô 50g, củ cải 500gr, chè bạch mao 100g. Trước hết cho râu ngô, củ cải vào sắc kỹ, sau đó cho chè vào sắc tiếp ít phút.

Dùng làm nước thường xuyên.

Công hiệu: tiêu phù.

323.Trứng gà hấp lưu huỳnh

Chữa trị: Các chứng phù nề.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 quả trứng gà, 5g lưu huỳnh. Trứng gà trộn với lưu huỳnh, quấy đều. Hấp chín ăn.

Công hiệu: Tiêu phù nề.

324. Thịt chó nấu cháo tiểu mạch

Chữa trị: Bệnh phù nề do thiếu dinh dưỡng, cơ thể suy nhược.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 500gr thịt chó, thái nhỏ, cho 100g tiểu mạch (đã sát bỏ vỏ) nấu thành cháo. Ăn vào lúc đói.

Công hiệu: Bổ huyết, tiêu phù.

325. Đậu đỏ, cá chép

Chữa trị: Bệnh phù nề, đặc biệt là bệnh phù nề ở phụ nữ có thai.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 90g đậu đỏ, 300-500g cá chép. Ninh nhừ bằng nồi đất.

326. Nho khô, vỏ gừng tươi

Chữa trị: Bệnh phù do suy dinh dưỡng.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 30g nho khô, 10gr vỏ gừng tươi. Sắc kỹ lấy nước uống.

Công hiệu: Tiêu phù.

327. Lạc nhân, tỏi

Chữa trị: Chi dưới phù nề do tì hư hàn thấp.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 100 - 150g lạc nhân, củ tỏi to thái lát 50g -100g. Cho vào ấm đất, sắc lấy nước uống. Cách ngày điều trị 1 lần, điều trị liên tục 2-4 lần.

Công hiệu: Bổ tì, tiêu phù nề.

328. Táo tầu, tỏi, lạc nhân

Chữa trị: Các chứng phù nề.

Liều lượng, cách dùng: Táo 15 quả, lạc nhân 100g, tỏi thái lát 30g, dầu ăn 15g.

Đun sôi dần, cho tỏi vào xào chín, cho tiếp táo, lạc và 2 bát nước vào, ninh nhừ.

Công hiệu: Ấm tì, tiêu phù.

329. Đậu đỏ, bí đao, cá tươi

Chữa trị: Bệnh phù nề, bệnh gan báng nước do viêm thận cấp tính, mạn tính gây ra.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 1 con cá tươi (khoảng 100 -150g), đánh vẩy, bỏ mật, bí đao 500g (để nguyên vỏ), đậu đỏ 60g, 5 củ hành. Nước vừa đủ, không cho muối, ninh nhừ, ăn hết 1 lần.

Côn hiệu: Lợi tiểu, tiêu phù.

330. Tỏi, dưa hấu

Chữa trị: Bệnh phù nề, sơ gan, báng nước do viêm thận cấp tính, mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 60-90gr

tỏi, 1 quả dưa hấu (khoảng 1500-2000g)

Dùng dao nhọn, khoét 1 lỗ 3 cạnh trên quả dưa, tạo thành 1 lỗ có nắp, cho tỏi (đã bóc vỏ) vào trong quả dưa, đậy nắp lại. Hấp cách thuỷ.

Ăn tỏi, dưa lúc còn nóng.

Công hiệu: Lợi tiểu, phù nề.

331. Đậu đen, long nhãn, táo tầu

Chữa trị: Bệnh phù nề do tì hư.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 50g đậu đen, 15g long nhãn, 50g táo. Cho vào 3 bát nước sắc lấy 2 bát. Chia làm 2 lần, uống vào buổi sáng chiều.

Công hiệu: Kiên tì, bổ phổi, bổ khí huyết, tiêu viêm.

332. Đậu tầm hầm với thịt bò

Chữa trị: Bệnh phù nề do suy dinh dưỡng.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 150g đậu tầm, 150gr thịt bò thái miếng. Cho nước vào 1 ít muối hầm. Ăn vào 2 bữa cơm.

Công hiệu: Kiên tì, bổ khí, tiêu phù.

333. Giấm, hải đới

Chữa trị: Bệnh phù.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 120gr hải đới tươi (khô dùng 60g), nấu với giấm chua (lượng vừa đủ)

Công hiệu: Lợi tiểu, tiêu phù.

Chú ý: Những người bị viêm loét dạ dầy, tá tràng, dạ dày dư a - xít không được dùng.

334. Vỏ đậu tằm, chè đỏ

Chữa trị: Bệnh phù nề.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 15g vỏ đậu tằm khô, 6 g lá chè. Hãm với nước sôi như pha chè uống hoặc sắc lấy nước uống.

Công hiệu: Lợi tiểu, giảm thấp, tiêu phù.

335. Hạt khiếm thực hầm với thịt

Chữa trị: Bệnh phù do tì hư

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 100 - 120g hạt khiếm thực, 1 con vịt (bỏ lông, ruột gan, rửa sạch).

Cho khiếm thực vào trong bụng con vịt. Đun nhỏ lửa, hầm trong 2 tiếng, cho vào 1 ít muối. Có thể ăn vào 2 bữa cơm.

Công hiệu: Kiên tì, lợi tiểu, tiêu phù.

336. Dưa hấu

Chữa trị: Bệnh phù nề.

Liều lượng, cách dùng: Lấy phần ruột dưa hấu, dùng vải sạch gói, ép lấy nước. Đun nhỏ lửa, cô đặc dưa hấu, cho đường trắng vào, quấy đều. Để nguội, hong khô, cho vào lọ

Mỗi lần 15g hòa với nước sôi uống. Mỗi ngày uống 3 lần.

Công hiệu: Lợi tiểu, tiêu phù.

337. Rễ cỏ tranh, dứa tươi

Chữa trị: Bệnh phù nề.

Liều lượng, cách dùng: Rễ cỏ tranh tươi 250gr, rửa sạch cho nước vừa đủ, sắc trong 30 phút, bỏ bã. Tiếp tục đun nhỏ lửa cho đến khi cạn đặc, cho đến khi cạn đặc, cho thêm vào 500g nước dừa tươi, tiếp tục đun nhỏ lửa cho đến khi đặc quánh là được. Cho vào 500g đường trắng, quấy đều, hong khô, cho vào lọ.

Mỗi lần uống 10g quấy với nước sôi. Mỗi ngày uống 3 lần.

Công hiệu: Lợi tiểu, tiêu phù.

XXVIV. CHỮA BỆNH VÀNG DA, VÀNG MẶT, VIÊM GAN

338. Nhân trần, rễ cỏ tranh trắng

Chữa trị: Bệnh hoàng đản (sốt cao đến thấp, da vàng, mắt vàng, sốt, khát nước, nước đái vàng đậm, táo bón, buồn nôn, bựa lưỡi vàng, nhầy).

Liều lượng, cách dùng: Nhân trần 30g, rễ cỏ tranh trắng tươi 60g, cho vào 500ml nước, sắc kỹ, bỏ bã, lấy nước, pha vào ít đường phèn. Mỗi ngày uống 3-5 lần.

Công hiệu: Thanh nhiệt, lợi tiểu, khỏi vàng da, vàng mắt.

Chú ý: Mắc bệnh hoàng đản cấp tính do viêm gan, mỗi ngày phải uống 4-5 lần, mỗi lần 300-500ml. Đi đái nhiều là tốt.

339. Râu ngô, nhân trần

Chữa trị: Bệnh hoàng đản (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Râu ngô 30g (nếu râu ngô tươi thì 600g) nhân trần 30g, tiền thảo 30g. Cho vào 500ml nước. Sắc kỹ, bỏ bã, lấy nước, cho đường trắng vừa phải. Mỗi lần uống 200ml, mỗi ngày uống 3-5 lần.

Công hiệu: Thanh nhiệt, lợi mật, khỏi vàng da.

Chú ý: Dùng chữa bệnh hoàng đản viêm gan, viêm túi mật rất hiệu quả.

Thời kỳ bệnh cấp tính thì phải uống nhiều hơn. Mỗi ngày 200ml, chia làm 2-4 lần. Đi tiểu nhiều có kết quả tốt.

340. Cháo phục linh, đậu đỏ, ý dĩ

Chữa trị: Bệnh hoàng đản (thấp nặng sốt cao, mặt vàng, mắt vàng, da tái xám, vạng mỡ sưng to, váng đầu, bụng trướng, đái đường, ăn khó tiêu, bựa lưỡi vàng, nhầy mạch nhu, chậm).

Liều lượng, cách dùng: Bột phục linh trắng 20g, đậu đỏ 30g, ý dĩ 100g. Ngâm đỗ 1/2 ngày, đem ninh nhừ với ý dĩ thành cháo, cho bột phục linh

vào, tiếp tục đun chín kỹ, cho vào 1 ít đường trắng. Hàng ngày uống nhiều lần theo ý muốn.

Công hiệu: Kiên trì, trừ thấp, thanh nhiệt, giải độc, khỏi bệnh hoàng đản.

341. Rễ cỏ tranh tươi, thịt lợn nạc

Chữa trị: Bệnh hoàng đản (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Rễ cỏ tranh tươi 150gr (nếu rễ khô 100g), cắt ngắn, thịt lợn nạc 250g. Cho nước vừa đủ, ninh nhừ, cho vào 1 ít muối. Ăn vào các bữa cơm.

Công hiệu: Trừ thấp, khỏi vàng da.

Có thể dùng làm nước uống hàng ngày, phù hợp với người bệnh cơ thể suy nhược, vàng da, vàng mắt.

342. Thịt lợn nạc nấu với hoa cúc

Chữa trị: bệnh hoàng đản, vàng da toàn thân.

Liều lượng, cách dùng: Cây hoa cúc hoặc rễ 50g, sắc kỹ lấy nước uống, hoặc nấu với thịt lợn nạc ăn.

Công hiệu: Lợi tiểu, ích mật, khỏi vàng da.

343. Dạ dày lợn nấu với củ mã thầy

Chữa trị: Bệnh hoàng đản, vàng da toàn thân, mầu vàng sạm.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 chiếc dạ dày lợn nấu với mã thấy khoảng 1/ 2 kg.

Công hiệu: Lợi tiểu, ích mật, khỏi vàng da.

344. Quả thận gà, củ cải, trần bì, gừng tươi

Chữa trị: Viêm gan hoàng đản mạn tính, gan nóng, trướng bụng đau âm ỉ.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 quả cật gà, 1 củ cải, 1 miếng trần bì và 2 lát gừng. Ninh nhừ, ăn cái, uống nước.

Công hiệu: Lợi tiểu, tiêu viêm, khỏi vàng da.

345. Thân cây dưa chuột nấu với trứng gà

Chữa trị: Viêm gan cấp tính hoàng đản.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 1 đoạn thân leo cây dưa chuột thái nhỏ, 1 quả trứng gà, cho vào 2 bát nước sắc với cây dưa chuột, lấy 1 bát nước. Đập quả trứng gà vào, quấy đều, đun sôi. Ăn cả cái lẫn nước.

Công hiệu: Ích mật, khỏi vàng.

346. Cám gạo, trứng gà, mật ong

Chữa trị: Hoàng đản do viêm gan cấp.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 100g, 2 quả trứng gà, 50ml mật ong. Cho cám gà vào 2 bát nước, sắc lấy

1 bát nước, bỏ bã. Cho trứng gà, mật ong vào nước cám quấy đều, đun sôi chín ăn. Mỗi ngày ăn 1 lần.

Công hiệu: Lợi tiểu, khỏi vàng da.

347. Cỏ xương gà nấu với ốc ruộng

Chữa trị: Bệnh hoàng đản truyền nhiễm do viêm gan.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 30-60g cỏ xương gà, ốc 250-400g. Lấy nước sạch ngâm ốc, 24- 48 tiếng. Thay nước, rửa sạch, lấy dao đập dập ốc (đập nhẹ, không làm nát). Cho ốc, cỏ vào sắc lấy nước uống.

Công hiệu: Ích mật, khỏi vàng da.

348. Nhân trần, thịt hến

Chữa trị: Hoàng đản cấp do viêm gan.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần có thể dụng 30g nhân trần, 100-150g thịt hến. Cho nước vào sắc lấy nước uống (có thể ăn thịt hến).

Công hiêu: Tiêu viêm, khỏi vàng da.

349. Đậu vàng, rau cải trắng

Chữa trị: Viêm gan hoàng đản cấp.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 60g đậu vàng, 1 kg rau cải trắng. Sắc lấy nước uống.

Công hiệu: Thanh nhiệt, tiêu viêm, mát gan, khỏi vàng da.

350. Cá chuối

Chữa trị: Bệnh hoàng đản do viêm gan truyền nhiễm.

Liều lượng, cách dùng: Lấy cá chuối còn sống, thả trong nước sạch 1 ngày. Mổ cá bỏ hết ruột gan, sau đó cho vào lò sấy khô, tán nhỏ. Mỗi ngày ăn 3 lần, mỗi lần 10g.

Công hiệu: Bổ gan, tiêu viêm, khỏi vàng da.

351. Mật ong

Chữa trị: Hoàng đản do viêm gan.

Liều lượng, cách dùng: Hàng ngày dùng 50-100g mật ong hoà với nước sôi uống, uống thay nước chè.

Công hiệu: Khỏi viêm gan.

352. Hồ tiêu, trứng gà

Liều lượng, cách dùng: Lấy 1 quả trứng gà tươi, đục 1 lỗ nhỏ trên vỏ quả trứng, cho 7 hạt hồ tiêu vào trong quả trứng. Dùng bột mì bịt lỗ thủng. Dùng giấy thấm gói kín quả trứng. Đun trứng trong nước trên bếp lò. Bóc vỏ, ăn cả trứng lẫn hồ tiêu. Người lớn mỗi ngày ăn 2 quả, trẻ em mỗi ngày ăn 1 quả.

Mỗi đợt điều trị 10 ngày, nghỉ 3 ngày, điều trị tiếp đợt sau.

Công hiệu: Ôn trung hạ khí, tiêu viêm, giải độc.

353. Phương thuốc điều trị đặc hiệu bệnh vàng da

Chữa trị: Bệnh hoàng đản.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 30g hoài sơn, 10g hải long Nhật Bản (cá chìa vôi Nhật Bản), 10g hải tước, 10g ngọc trúc, 2 cốc nước lã. Sắc lấy 1 cốc, uống thay nước chè hàng ngày.

XXX. CHỮA BỆNH CẢM MẠO, CẢM CÚM

354. Gừng, hành

Chữa trị: Phong hàn, cảm mạo (thời thiết giá lạnh, do cảm phong, cảm lạnh sinh ra, bệnh trạng chủ yếu là vừa sốt rét, không ra mồ hôi, nhức đầu, toàn thân rét run, chảy nước mũi, ho, đờm trắng, lỏng, bựa trắng, mạch phù).

Liều lượng, cách dùng: Gừng tươi 15g thái lát, 3 củ hành trắng, cho vào 500ml nước, đun sôi kỹ, cho vào 20g đường đỏ. Uống nóng, uống hết trong một lần. Uống xong đắp chăn cho ra mồ hôi.

Công hiệu: Trừ phong hàn cảm nhiệt, đau đầu, không ra mồ hôi.

355. Gừng, hành, chao đậu, rượu

Chữa trị: Phong hàn, cảm mạo (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Dùng 30g cây hành cả củ, rễ, 10g chao đậu nhạt, 3 lát gừng tươi, cho vào 500 ml nước sắc kỹ, cho vào 30ml rượu đun tiếp cho đến khi sôi.

Uống nóng, uống xong đắp chăn kín cho ra mồ hôi.

Công hiệu: Trừ phong hàn cảm mạo, nhức đầu, không ra mồ hôi.

356. Lá tía tô, gừng tươi

Chữa trị: Phong hàn, cảm mạo (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: gừng tươi 15g, lá tía tô 10g. Cho và 500ml nước. Dùng nồi đất hoặc chậu sắt tráng men đun sôi, cho vào 20g đường đỏ. Uống nóng, mỗi ngày uống 2 lần.

Công hiệu: Phong hàn, cảm mạo. Có tác dụng chữa trị buồn nôn, đau dạ dày, trướng bụng, phụ nữ có mang bị cảm mạo dùng rất tốt.

357. Đương quy, gừng tươi hầm thịt dê

Chữa trị: Phong hàn, cảm mạo (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Thịt dê 100-200g, gừng tươi 60g hành 10g, đường quy 15g.

Thịt dê thái nhỏ, xào chín với dầu ăn, gừng, hành cho vào khoảng 2 bát nước, ít muối, đun sôi trong 30 phút. Ăn cả cái lẫn nước. Ăn xong cần

tránh gió từ 2-4 tiếng.

Công hiệu: Bổ hư thấp trung, sinh huyết, khử hàn.

Những người thường mắc chứng cảm mạo, cơ thể suy nhược, phụ nữ sau khi sinh đẻ bị cảm uống rất tốt.

358. Lá dâu, hoa cúc, cam thảo

Chữa trị: Phong nhiệt, cảm mạo (thường thấy khi thời tiết ấm áp hoặc nóng bức, bệnh trạng chính: phát sốt, nhức đầu, ngạt mũi, ra mồ hôi ít hoặc không ra, đau họng, miệng khô, ho ra đờm màu vàng, đặc, bựa lưỡi trắng, mạch phù).

Liều lượng, cách dùng: Lá dâu, hoa cúc, cam thảo mỗi thứ 10g. Cho đủ nước sắc kỹ, uống thay nước chè.

Công hiệu: Trừ phong, tán nhiệt, mát phổi, cắt cơn ho. Đối với bệnh phong nhiệt cảm mạo, dùng bài thuốc này rất có hiệu quả.

359. Hoa cúc, đường trắng

Chữa tri: Phong nhiệt, cảm mạo (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Hoa cúc 30g, cho vào ấm hãm với nước sôi, cho vào 1 ít đường trắng. Uống thay nước chè.

Công hiệu: Trừ phong, thanh nhiệt, giải độc, cắt cơn ho.

360. Hương nhu, hậu phác, đậu biển.

Chữa trị: Cảm mạo do nóng, thấp (thường thấy vào mùa hè nóng bức, cơ thể bị nóng, ẩm thấp sinh bệnh, sốt tương đối cao, có mồ hôi mà không thoát ra được, mồ hôi ra thì giảm nóng, mồ hôi ngừng ra thì lại sốt, nhức đầu, thân thể mệt mỏi, tức ngực,buồn nôn, bựa lưỡi vàng hoặc trắng, mạch nhu).

Liều lượng, cách dùng: Hương nhu 30g, hậu phác 10g, đậu bạch biển 20g (sao vàng). Cho vào nước sắc kỹ trong khoảng 30 phút,bỏ bã uống nước. Mỗi ngày uống 3- 4 lần.

Công hiệu: Ra mồ hôi, giảm sốt.

Chú ý: Những người mắc chứng sốt cao, mồ hôi ra nhiều mà không rét dữ dội, tim hồi hộp, miệng khát nước không nên dùng bài thuốc này.

361. Hoắc hương, gạo tẻ

Chữa trị: Cảm mạo (bệnh trạng như trên)

Liều lượng, cách dùng: Lá hoắc hương tươi 20gr, sắc kỹ, cho vào 1 ít đường trắng. Mỗi ngày uống 3-4 lần. Hoặc dùng 100g gạo tẻ, nấu thành cháo, cho nước hoắc hương vào. Ăn nóng.

Công hiệu: Thanh nhiệt, giảm đau, ra mồ hôi. Bài thuốc này chữa các chứng sốt rét, cảm mạo, nhức đầu, tiêu hóa khó khăn, buồn nôn.

Mùa hè nóng bức, có thể ăn cháo hoắc hương thường xuyên để bồi dưỡng cơ thể, giữ gìn sức khoẻ.

362. Rau cải, đậu phụ, gừng tươi

Chữa trị: Cảm, ngạt mũi, nhức đầu, sợ lạnh, không ra mồ hôi, đắng miệng, miệng khô, không muốn ăn.

Liều lượng, cách dùng: Rau cải 500g, đậu phụ 3 miếng (3 bìa đậu), trám muối 4 quả, gừng tươi 15g. Cho vào 4 bát nước, sắc lấy khoảng 1 bát. Uống nóng, uống xong đắp chăn toàn thân cho ra mồ hôi.

Công hiệu: Thanh nhiệt, giải cảm, giảm đau.

363. Hành, tỏi nấu cháo

Chữa tri: Cảm, nhức đầu.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 10 củ hành, 3 củ tỏi. Nấu 2 bát cháo bột gạo. Khi cháo chín cho hành tỏi vào đun sôi kỹ. Ăn nóng, ăn xong đắp chăn kín toàn thân để ra mồ hôi.

Công dụng: Trừ phong, cắt cơm đau.

364. Cá trắm cỏ, gừng tươi, rượu

Chữa trị: Cảm, ngạt mũi, sợ lạnh, nhức đầu.

Liều lượng, cách dùng: Thịt cá trắm cỏ 150g, gừng tươi thái lát 25g, rượu 100ml. Lấy 1/2 bát nước đun sôi, cho 3 vị trên và 1 ít muối vào. Ăn nóng để ra mồ hôi.

Công hiệu: Trừ phong, giải cảm, cắt cơn đau.

365. Quả đào, hành, gừng tươi

Chữa trị: Cảm lạnh, không ra mồ hôi, nhức đầu phát sốt.

Liều lượng, cách dùng: Quả đào 25gr, hành 25g, gừng tươi 25 g, lá chè 15g. Cho vào 1 bát nước sắc kỹ, bỏ bã, uống nước.

Công hiệu: Giải cảm, ra mồ hôi, giảm đau, giải nhiệt.

366. Gừng tươi, hành củ, củ cải

Chữa trị: Cảm, ho ra đờm nhiều, trong đờm có bọt.

Liều lượng, cách dùng: Gừng tươi 15g, hành 6 củ, củ cải 1 củ. Dùng 3 bát nước, lần lượt cho củ cải, gừng và hành vào, sắc kỹ, lấy 1 bát nước, bỏ bã, uống nước.

Công hiệu: Thanh nhiệt, tiêu đờm, cắt cơn ho.

367. Cây mùi, đường mạch nha

Chữa trị: Cảm gió, ho, đờm ra nhiều.

Liều lượng, cách dùng: Cây mùi 25g, đường mạch nha 25g, 3 thìa nước cơm. Đun nhỏ lửa, đường hòa tan hết là được. Ăn hết trong 1 lần.

Công hiệu: Thanh nhiệt, tiêu đờm, cắt cơn ho.

368. Ô mai, đường đỏ

Chữa trị: Cảm phong, cảm mạo, phát sốt.

Liều lượng, cách dùng: Ô mai 4 quả, đường đỏ 100gr. Sắc lấy 1 bát nước, chia làm 2 lần uống hết.

Công hiệu: Trừ phong, thanh nhiệt.

369. Lá chè, tía tô

Chữa trị: Cảm mạo dẫn đến khản tiếng.

Liều lượng, cách dùng: Lá chè 5g đem sao, tía tô 5g, muối rang 10g.

Dùng 1 bát nước, cho chè, tía tô vào sắc kỹ, hòa tan muối bỏ bã, uống dần dần.

Công hiệu: Thanh nhiệt, khỏi khản tiếng.

370. Phương thuốc kỳ diệu chữa cảm cúm

Chữa trị: Cảm cúm.

Liều lượng, cách dùng: Đài sen 15g, ngân hoa 10g, rễ cây lau 15g, hương nhu 10g, bèo bồng 10g, sắn dây 15g, phòng phong 10g, đại thanh diệp 15g, cam thảo 10g. Cho vào 3 bát nước, sắc lấy 1 bát. Để nguội uống hết trong 1 lần. Mỗi ngày dùng 1 thang. Điều trị liên tục 2-3 thang.

Nếu bệnh nhân sốt cao thì cho thêm vào 30gr thạch cao. Bệnh nhân nhức đầu, đau mình mẩy thì thêm 10g cành dâu, 15g bạch thược.

Bệnh nhân ho đau họng thì thêm rễ cây lan 15g, huyền sâm 15g.

Bệnh nhân nôn mửa, ăn ít thì thêm hoắc hướng 10g. Nếu người sốt cao không giảm, bệnh tình trầm trọng thì có thể uống mỗi ngày 2 thang.

Trẻ em, người già cơ thể yếu thì uống 1/2 thang.

Công hiệu: Thanh nhiệt, giải cảm, cắt cơn ho, giảm đau.

371. Mật ong, hoa kim ngân

Chữa trị: Cúm.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 30g hoa kim ngân, cho vào 2 bát nước, sắc lấy 1 bát, gạn lấy nước thuốc, hòa vào 20g mật ong, uống 2 lần, vào 2 buổi sáng, chiều.

Công hiệu: Thanh nhiệt, tiêu đờm, cắt cơn ho.

372. Quả trám, củ cải

Chữa trị: Cúm, cảm thông thường.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 250g quả trám 500-100g củ cải. Sắc kỹ, lấy nước uống thay nước chè. Uống nhiều lần.

Công hiệu: Thanh nhiệt, giải độc, tiêu đờm, cắt cơn ho.

373. Tim lợn muối

Chữa trị: Phong hàn, cảm mạo, họ và viêm phế quản.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 1 quả tim lợn, rửa sạch, để ráo nước. Cho quả tim vào xoong, rắc lên trên quả tim một ít muối, một ít nước. Đun nhỏ lửa trong 1 tiếng, sau đó bỏ muối đi, ăn tim lợn (ăn hết trong 1 lần)

Điều trị 2-3 lần sẽ có kết quả. Đây là bài thuốc dân gian để chữa phong hàn, cảo mạo.

374. Cỏ hôi, đậu xanh

Chữa trị: Cảm sốt.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 30g cỏ hôi tươi, 30-50g đậu xanh, cho vào 5 bát nước, sắc lấy 2 bát, cho vào thuốc một ít đường đỏ đun sôi trong ít phút. Bỏ bã, uống nước.

Công hiệu: Thanh nhiệt, giải độc, cắt cơn ho.

375. Hành, nấm hương, sữa người

Chữa trị: Trẻ sơ sinh do phong hàn, cảm mạo, sinh ra ngạt mũi, khò khè, chảy nước mắt.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 1 củ hành, 1 cây nấm hương, 30-50ml sữa người.

Cho vào chén sứ, hấp cách thuỷ, vắt lấy nước, bỏ bã, cho nước thuốc vào vú cao su, cho trẻ bú, bú mỗi ngày 1 lần, điều trị liên tục 2-3 ngày.

Công hiệu: Thanh nhiệt, giải độc, tiêu đờm, cắt cơn ho.

376. Quả trám, rễ cây

Chữa trị: Cúm.

Liều lượng, cách dùng : Mỗi lần dùng 30 gr rễ lau, 4 quả trám muối. Tất cả cho vào 2 bát nước, sắc lấy 1 bát, bỏ bã, uống nước.

Công hiệu: Thanh nhiệt, ra mồ hôi, giải độc, dễ thở, cắt cơn ho, tiêu đờm.

377. Cúc vạn thọ, nước đường

Chữa trị: Cảm, ho.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 15g cúc vạn thọ. Cho vào 2 bát nước, sắc lấy 1 bát, bỏ bã, uống nước, cho vào 1 ít đường, uống nóng.

Công hiệu: Thanh nhiệt, tiêu đờm, cắt cơn ho.

378. Rễ cây đa, đường phèn

Chữa trị: Cảm mạo, phát sốt, ho.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 30g rễ nhỏ của cây đa, một ít đường phèn, Cho vào 2 bát nước, sắc lấy nước uống.

Công hiệu: Thanh nhiệt, giải độc, tiêu đờm, cắt cơn ho.

379. Nấu cháo gạo tẻ với gừng tươi

Chữa trị: Ngoại cảm, phong hàn, ngạt mũi, chảy nước mũi, mắt, ho có đờm.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 30-50 g gừng tươi, thái nhỏ, gạo rang khoảng 50g. Tất cả nấu thành cháo, cho vào cháo 1 ít muối, dầu lạc. Ăn nóng (có thể ăn gừng hoặc không).

Công hiệu: Ấm trong, trừ lanh, tiêu đờm, cắt cơn ho.

380. Cây mùi, đậu vàng

Chữa trị: Cảm mạo, phong hàn, cúm, phát sốt, nhức đầu.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 30gr rau mùi tươi, 50g đậu vàng. Cho vào 2 bát nước, sắc lấy 1 bát nước, cho vào 1 ít muối, uống nóng.

Công hiệu: Trừ phong, giải độc, tiêu nóng, cắt cơn đau.

381. Gừng tươi, rau cải

Chữa trị: Cảm lạnh, nhức đầu, ho, đờm trắng, tắc đờm.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 500g rau cải tươi, rửa sạch, cắt khúc, gừng tươi 10g, cắt lát. Cho vào 4 bát nước, sắc lấy 2 bát. Cho vào 1 ít muối, uống nóng. Mỗi ngày uống 2 lần (rau cải có thể ăn hoặc không).

Công hiệu: Thông đờm, bổ phổi.

382. Gừng, hành, tía tô, quả trám, hành củ

Chữa trị: Phong hàn, cảm mạo, phát sốt, nhức đầu, chảy nước mũi, ngứa cổ họng, hắt hơi liên tục.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 60g quả trám tươi còn hạt, 15g củ hành, 10g gừng tươi, 10g tía tô. Cho vào 2 bát nước, sắc lấy 1 bát, cho vào 1 ít muối. Bỏ bã, uống nước.

Công hiệu: Giải cảm, tán nhiệt, tiêu đờm, ngừng chảy nước mũi.

383. Bạc hà, đường

Chữa trị: Phong nhiệt, cảm mạo (sốt cao, rét nhẹ, nhức đầu, ho họng đau, mắt đỏ, miệng khô, khát nước, lưỡi đỏ, bựa lưỡi vàng, mạnh phù).

Liều lượng, cách dùng: Đường trắng 500g, cho vào nồi nhôm, một ít nước, đem đun nhỏ lửa cho đến khi đặc khô, cho vào 30g bột bạc hà hoặc thay bằng 5ml dầu bạc hà, quấy đều, để nguội.

Công hiệu: Thanh nhiệt, trừ phong.

384. Nước dưa hấu, cà chua

Chữa trị: Cảm mạo (thường thấy nôn mửa, đi ỉa, ra nhiều mồ hôi, khát nước, mệt mỏi, lưỡi viêm đỏ, bựa lưỡi trắng, biếng ăn, mạch hoạt...).

Liều lượng, cách dùng: Dưa hấu bỏ hột, dùng vải sạch gói ép lấy nước, cà chua luộc chín, bỏ hột, vỏ, ép lấy nước. Hòa 2 loại nước lại với nhau uống.

Công hiệu: Trừ phong, thanh nhiệt, tiêu thấp.

385. Gừng nấu với cá trắm đen

Chữa trị: Thuốc phòng dịch cảm.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 con cá trắm đen khoảng 1 kg bỏ vẩy, mang, ruột. Bổ thân cá, cắt lát xếp lên đĩa. Đặt trên vỉ hấp chín. Cho 1 ít rượu, muối, gia vị, hấp tiếp ít phút. Trước khi ăn

cá và đun sôi bốc mùi thơm là được. Ăn vào 2 bữa cơm.

Công hiệu: Tăng cường khí huyết, bổ thận, giải cảm, giải độc, trong khi có dịch cúm, ăn món này thường có tác dụng phòng bệnh cúm.

386. Hoàng kỳ, thịt nạc

Chữa trị: Thuốc phòng dị ứng cúm.

Liều lượng, cách dùng: Thường dùng 50gr, hoàng kỳ sắc lấy nước uống. Hoặc hoàng kỳ hầm với thịt lợn nạc ăn.

Công hiêu: tăng cường sức đề kháng cho cơ thể. Những người cơ thể ốm yếu, dùng bài thuốc này để phòng bệnh cúm rất tốt.

XXXI. CHỮA BỆNH CẢM NẮNG

387. Chè đậu xanh, đậu đỏ

Chữa trị: Phòng cảm nắng.

Liều lượng, cách dùng: Đậu xanh, đậu đỏ (mỗi loại 1 phần) rửa sạch, cho nước vừa đủ, ninh nhừ, cho đường, quấy đều, ăn.

Công hiệu: Thanh nhiệt, giải độc, lợi tiểu. Trong mùa viêm nhiệt, thường xuyên ăn chè đậu có tác dụng phòng bệnh cảm nắng, kiết lị.

388. Cuống lá sen, lá liễu nấu với đậu biển, ý dĩ

Chữa trị: Cảm nắng, toát mồ hôi, nhức đầu, phát sốt, khát nước, có khi sợ lạnh.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 50g, cuống lá sen, 6 g lá liễu, 15 g hạt ý dĩ, 15 g đậu biển. Cho vào 3 bát nước, sắc lấy 1 bát nước.

Công hiệu: Chống nóng, giảm đau

289. Nước quả dưa hấu

Chữa trị: Cảm nắng, ra mồ hôi nhiều, khát nước.

Liều lượng, cách dùng: Dưa hấu ép lấy nước uống. Uống 1 bát nước dưa hấu, có tác dụng bớt ra mồ hôi nhiều, giải nhiệt, khỏi khát nước.

390. Củ cà rốt, củ mã thầy

Chữa trị: Cảm nắng.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 150 -250 gr củ cà rốt, 150-250 củ mã thầy. Sắc lấy nước uống thay nước chè.

Công hiệu: Thanh nhiệt, giải độc.

391. Hoa bấc đèn (cây cỏ bấc), mướp đắng

Chữa trị: Cảm nắng, người nóng, khát nước, nước đái vàng, phong nhiệt, mắt đỏ.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 4-6 cây bấc đèn. 150-250 g mướp đắng (cắt khúc, bỏ vỏ, hạt) sắc lấy nước uống.

Công hiệu: Thanh nhiệt, giải cảm, khỏi khát.

XXXII. CHỮA BỆNH VIÊM KHÍ QUẢN CẤP TÍNH

392 . Cháo hành gạo nếp

Chữa trị: Viêm phế quản cấp tính do cảm lạnh (bắt đầu do có đờm, nhức đầu, ngạt mũi, lên cơn sốt rét, bựa lưỡi trắng, mạch phù gấp)

Liều lượng, cách dùng: 5 củ hành to (có đoạn cây hành vào khoảng 3 cm), 60g gạo nếp, 5 lát gừng tươi cho nước vừa đủ, nấu thành cháo.Cho vào cháo 5 ml giấm, ăn nóng. Ăn xong đắp kín chăn để ra mồ hôi.

Công hiệu: Tán hàn, ấm trong, giảm ho, thông kinh lạc, sinh máu, giảm đau.

Chú ý: Những người ho, nóng, ra nhiều mồ hôi, không dùng bài thuốc này.

393. Cháo gạo tẻ, hạnh nhân

Chữa trị: Viêm phế quản cấp tính do cảm lạnh (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng : Hạnh nhân 15gr, bỏ vỏ, giã nát lọc lấy nước cho vào 50gr gạo nấu cháo, ăn nóng.

Công hiệu: Tán hàn, khỏi ho.

Những người hàn cảm mạo, thở hổn hển, trong người bồn chồn, táo bón dùng bài thuốc này rất hiệu nghiệm, những người âm hư, ho, ỉa lỏng không dùng bài thuốc này.

394. Mật ong, ngân hoa

Chữa trị: Viêm khí quản cấp tính do phong nhiệt (ho ra nhiều đờm, đau họng, người nóng, miệng khát nước, nhức đầu, sợ gió, bữa lưỡi vàng, mạch phù).

Liều lượng, cách dùng: Ngân hoa 30g, nước 500ml, sắc lấy nước, bỏ bã, cho mật ong vào quấy đều. Chia làm 3-4 lần, uống hết trong ngày.

Công hiệu: Mát phổi, cắt cơn ho.

Phòng cúm, chữa ho khan, ráo phổi rất công hiệu.

395. Lá dâu, hạnh nhân

Chữa trị: Viêm phế quản cấp tính do phong nhiệt (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Lá dâu 10g, hạnh nhân, bối mẫu, vỏ quả lê mỗi thứ 15g, đường phèn

10g, sắc lấy nước uống, uống thay nước chè.

Công hiệu: Trừ phong nhiệt, tiêu đờm, cắt cơn ho.

Sau khi khỏi viêm khí quản cấp tính vẫn còn sốt nhẹ, ho khan, không có đờm vẫn tiếp tục uống bài thuốc này.

396. Cháo gạo tẻ với cây huệ, hạnh nhân

Chữa trị: Viêm khí quản cấp tính do cảm nóng (nóng nực ra mồ hôi, ho không có đờm hoặc đờm ít không thông đờm, họng đau, miệng khô, khát, sốt cao, nôn nao, lưỡi đỏ, bữa lưỡi trắng, khô, đi ỉa táo bón, nước đái vàng).

Liều lượng, cách dùng: Cây hoa huệ tươi 50g, hạnh nhân 10g (bỏ vỏ, giã nát, gảo tẻ 50g. Cho nước vừa đủ, nấu cháo. Cháo chín cho vào một ít đường trắng. Ăn nóng.

Công hiệu: Mát phổi, khỏi ho, tĩnh tâm, an thần.

Chú ý: Những người ho do cảm lạnh, tì vị hư không được dùng bài thuốc này.

397. Nước hạnh lê

Chữa trị: Viêm khí quản cấp tính do cảm nóng (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Hạnh nhân 10g (cắt bỏ vỏ đầu nhọn), 1 quả lê, bỏ hột, thái miếng, cho

nước vừa đủ, ninh nhừ. Quấy vào 1 ít đường trắng. Uống cả ngày.

Công hiệu: Mát phổi, tiêu đờm, cắt cơn ho.

398. Lá dâu, sa sâm, mạch môn...

Chữa trị: Viêm khí quản cấp tính do cảm nóng (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Lá dâu, thạch cao sống mỗi thứ 30g, cam hảo 10g. Thạch cao sống cho vào 500ml nước sắc trong 30 phút, sau đó cho các vị thuốc khác vào, tiếp tục sắc kỹ, lọc bỏ bã, lấy nước. Cho đường hoặc nước quả lê vào thuốc, quấy đều, uống cả ngày, uống thay nước chè.

Công hiệu: Mát phổi, khỏi ho.

Chú ý: Những người hư hàn, ôn thịnh không được dùng.

399. Cháo gạo nếp với cá chép

Chữa trị: Viêm khí quản cấp tính.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 1 con cá chép, đánh sạch vẩy, dùng đất dẻo bọc kín, nướng trên bếp than. Khi cá chín, bóc bỏ lớp đất, lấy cá cho vào nồi cháo gạo nếp. Ăn lúc đói, mỗi ngày ăn 1 lần.

400. Nuốt mật ngỗng

Chữa trị: Viêm khí quản cấp tính.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 1 chiếc mật ngỗng. Mỗi ngày 1-2 lần.

401. Gà gô, sa sâm, ngọc trúc

Chữa trị: Viêm khí quản, cấp tính.

Liều lượng, cách dùng: Gà gô 1 con, bỏ lông, ruột, rửa sạch. Ninh nhừ ăn, hoặc cho sa sâm, ngọc trúc vào bụng gà, ninh nhừ ăn.

Chim cút cũng có tác dụng như gà gô.

Chữa bệnh viêm phế quản mạn tính.

402. Cháo phục linh, ý dĩ

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính.

(Ho ra nhiều đờm, đờm trắng lỏng hoặc có nhiều bọt, ngực đau tức, bựa trắng, nhầy, mạnh nhu, hoạt).

Liều lượng, cách dùng: Hạt ý dĩ 60g, bột phục linh 15g, cho nước vừa đủ, nấu thành cháo.

Bài thuốc này dùng chữa chứng tì hư, thấp thịnh sinh đờm đặc rất công hiệu.

Người cao tuổi tì hư thấp, thịnh dùng lâu dài sẽ có hiệu quả.

403. Cháo tía tô, gạo tẻ

Chữa trị: Viêm khí quấn mạn tính (bệnh trạng như trên).

Tía tô 15g, giã nát, cho vào 100g gạo tẻ, nước vừa đủ, nấu thành cháo. Cháo chín cho vào ít đường. Mỗi ngày ăn 2 lần.

Công hiệu: Hạ khí, tiêu đờm, giảm ho, nhuận phổi.

Chữa tức ngực, thở dốc cũng có hiệu quả (nhưng phải điều trị lâu).

Chú ý: Người cao tuổi, mắc chứng đi ỉa lỏng không dùng bài thuốc này.

404. Cháo hoàng kỳ gạo tẻ

Chữa trị: Viêm khí quả, mạn tính do phù thận, khí hư. (khi ho mặt tái, tiếng nhỏ hơi ngắn, bựa lưỡi mỏng, nhạt miệng, mạch vi nhược).

Liều lượng, cách dùng: Hoàng kỳ 20g, gạo tẻ 60g, nấu thành cháo, cho vào cháo 1 ít đường trắng. Ăn nóng.

Công hiệu: Bổ dưỡng ngũ tạng, thanh hư, bổ phổi, thận, tim.

Chú ý: Người bị cảm sốt không được dùng bài thuốc này.

405. Hạnh nhân, hồ đào...

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính do phế, khí hư (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Quả ngân hạnh và hạnh nhân mỗi thứ 100g, hồ đào và lạc nhân mỗi thứ 20 g, giã nhỏ, trộn đều. Hàng ngày, mỗi bữa sáng, chiều lấy 20 g cho vào 1 bát nước. Đun sôi, lấy 1 quả trứng gà, một ít đường phèn cho vào thuốc, quấy đều, đun tiếp, trứng chín là ăn được.

Điều trị nửa năm liên tục có thể chữa khỏi.

Công hiệu: Bổ thận, nhuận phổi, khí hư bình ổn, người cao tuổi viêm khí quản mạn tính, sưng phổi dùng bài thuốc này rất hiệu nghiệm.

406. Ngũ vị tử ngâm trứng gà

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính do phế, thận, khí hư (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Dùng 250g, ngũ vị tử, 10 quả trứng gà vỏ màu hồng. Trước hết đem ngũ vị tử sắc lấy nước, để nguội, sau đó đập 10 quả trứng gà vào ngâm 6-7 ngày.

Hàng ngày, mỗi buổi sớm chiều uống với nước sôi hoặc rượu nóng. Khi uống cho vào một ít đường.

Công hiệu: Bổ phổi, thận, giảm ho.

Chữa khí nóng, phòng tái phát rất tốt.

Chú ý: Những người có đờm vàng nóng không được dùng bài thuốc này.

407. Ngọc trúc, sa sâm hầm vịt

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính, nóng phổi, ho khan.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 30-50g ngọc trúc, 30-50g sa sâm, một nửa hoặc cả con vịt. Vịt làm sạch lông, bỏ ruột. Cho vịt, thuốc, nước vừa đủ ninh nhừ (đun nhỏ lửa trong 1 tiếng), cho thêm gia vị. Ăn thịt, uống nước.

Công hiệu: Mát phổi, tiêu viêm, khỏi ho.

408. Hạt sen, bách hợp hầm thịt nạc

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Hạt sen và bách hợp mỗi thứ 30g, thịt lợn nạc 200-250g. Cho vào nước, ninh nhừ, ăn nóng.

Công hiệu: Mát phổi, giảm ho, tiêu viêm.

409. Đường trắng hấp với con dơi

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần lấy 1 con dơi tương đối nhỏ, bỏ lông, móng, ruột gan, trộn vào 1 ít nước, 1 ít đường trắng. Hấp cách thủy. Uống nước (thịt dơi có thể ăn, có thể không ăn).

Công hiệu: Mát phổi, giải độc.

410. Quả bưởi hấp với thịt gà trống

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 1 quả bưởi (loại bưởi để cách năm qua mùa đông là tốt nhất), bỏ vỏ. Gà trống 1 con khoảng 500 g. Trước hết làm gà sạch lông, bỏ ruột, rửa sạch, sau đó cho bưởi vào trong bụng gà. Hấp cách thủy, uống nước, ăn thịt gà.

Hai tuần ăn 1 lần, điều trị liên tục 3 lần.

Công hiệu: Bổ phổi, tăng cường khí huyết, tiêu viêm, khỏi ho.

411. Cơm nếp, nước gừng, phổi bò

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 150-200gr phổi bò và một ít gạo nếp (tùy nhu cầu). Đun nhỏ lửa, thổi chín cơm gạo nếp, cho vào 10 -15 ml nước gừng quấy đều.

Công hiệu: Nhuận phổi, tiêu đờm, khỏi ho.

412. Táo tầu, đường đỏ nấu với bí ngô

Chữa trị: Bệnh viêm khí quản ở người cao tuổi.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 500g bí ngô (bỏ vỏ) 15-20 quả táo (bỏ hạt), một ít đường đỏ. Nấu nhừ thành cháo, ăn nóng.

Công hiệu: Bổ phổi, tiêu đờm, khỏi ho.

413. Quả trám, củ cải

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 250 g quả trám, 500-1000g củ cải. Sắc lấy nước uống, giải độc, tiêu viêm.

414. Quả tim lợn nấu với muối

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 quả tim lợn tươi, rửa sạch, để ráo nước, cho quả tim vào xong, cho 1 ít nước, rắc muối lên trên. Đun nhỏ lửa trong 1 tiếng.

Gạt bỏ muối đi, ăn quả tim lúc còn nóng.

Điều trị một vài lần sẽ có kết quả.

415. Mật ong hấp củ cải

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính, họ.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 300g, củ cải, 60g mật ong.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 300g củ cải, 60 g mật ong.

Củ cải rửa sạch, gọt bỏ vỏ, khoét rỗng giữa, cho mật ong vào trong. Hấp cách thủy, ăn nóng.

Công hiệu: Nhuận phổi, giảm ho, tiêu đờm.

416. Cúc vạn thọ sắc với nước đường

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 15gr hoa cúc vạn thọ, cho vào 2 bát nước, sắc lấy 1 bát, bỏ bã, cho vào 1 ít đường đỏ, quấy đều, uống nóng.

Công hiệu: Thanh nhiệt, tiêu đờm, khỏi ho.

417. Lá chè nấu với trứng gà

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 15 gr lá chè xanh, 2 quả trứng gà. Cho vào 1 bát nước, đun sôi. Trứng chín vớt ra bóc bỏ vỏ. Cho trứng vào nước chè tiếp tục đun cho đến khi cạn nước. Ăn trứng.

Công hiệu: Thanh nhiệt, tiêu đờm, khỏi ho.

418. Phổi lợn, rau diếp cá

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 60 g rau diếp cá, 200 g phổi lợn rửa sạch. Phổi lợn thái nhỏ, lấy tay bóp hết bọt nước. Cho nước vừa đủ, ninh nhừ cho thêm gia vị. Ăn cái, uống nước.

419. Đông trùng hạ thảo hấp với cuống nhau thai nhi

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính ở người cao tuổi.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 10-15g đông trùng hạ thảo, 1 cuống nhau thai nhi tươi. Hấp cách thủy.

Thường ăn một, hai lần sẽ có kết quả.

Công hiệu: Bổ phổi, tiêu đườm, tiêu viêm.

Bài thuốc này là món ăn tẩm bổ rất quí.

420. Hạt dẻ , bí đao sắc với đường

Chữa trị: Người cao tuổi bị sốt viêm khí quản mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 20-40g vỏ hạt dẻ, 30-60 g bí đao. Sắc lấy nước pha đường uống, uống thường xuyên. Mỗi ngày 1 thang, điều trị liên tục 4-6 thang sẽ có kết quả.

Công hiệu: Giải cơn sốt, giảm nóng, tiêu đờm, tiêu viêm.

421. Chim sẻ đường phèn hấp cách thủy

Chữa trị: Người cao tuổi bị viêm khí quản mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 2 con chim sẻ, làm sạch lông, bỏ mật, 15-20 gr đường phèn. Hấp cách thủy. Mỗi ngày ăn 1 lần. Điều trị liên tục 3-5 lần.

Công hiệu: Nhuận phổi, tiêu đờm, tiêu viêm.

422. Hạnh nhân hấp với quả lê

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính, ho khan.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 10g hạnh nhan, 1 quả lê, 30-50g đường trắng. Hấp cách thủy trong 1 tiếng. Ăn quả lê, uống nước.

Công hiệu: Thanh nhiệt, ra mồ hôi, tiêu đờm, khỏi ho.

423. Hoài sơn hấp với nước mía

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính ho lâu ngày.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi ngày dùng 60g hoài sơn, tán nhỏ, cho vào 1/ 2 bát nước mía. Hấp cách thủy, ăn nóng.

Công hiệu: Bổ tì, nhuận phổi, tiêu viêm, khỏi ho.

424. Nước gừng, hạnh nhân hấp với phổi lợn

Chữa trị: Người cao tuổi viêm khí quản mạn tính, ho nhiều đờm lạnh, ho lâu ngày không khỏi.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi ngày dùng 250 g phổi lợn, thái nhỏ, rửa sạch, để ráo nước, cho vào 10g hạnh nhân nước vừa đủ. Ninh nhừ, sau đó cho vào 1-2 thìa nước gừng, một ít muối. Ăn cái, uống nước.

Công hiệu: Bổ phổi, tiêu đờm, khỏi ho.

425. Đường phèn hấp với quả hồng

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính, ho khan.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 3 quả hồng, rửa sạch, cho vào ít đường phèn. Hấp cách thủy.

Công hiệu: Nhuận phổi, tiêu viêm, khỏi ho.

426. Táo tầu, cam thảo

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính, ho.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 6-8 quả táo, 6g cam thảo tươi. Cho vào 2 bát nước, sắc lấy 1 bát, bỏ bã, uống nước.

Công hiệu: Giải độc, nhuận phổi, tiêu đườm, khỏi ho.

427. Đường phèn nấu với hạnh nhân

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính, ho khan.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 15g hạnh nhân nam, 3 g hạnh nhân bắc, luộc chín, bỏ vỏ. Lấy 50g gạo tẻ trộn với hạnh nhân, nấu thành cháo, cho vào cháo 1 ít đường phèn.

Công hiệu: Nhuận phổi, tiêu đờm, hạ khí, khỏi ho.

428. Lạc nhân nấu với đường phèn

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính, ho khan ít đờm.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 100-150g lạc nhân, cho vào 1 ít đường phèn và nước vừa đủ. Đun sôi kỹ cho lạc chín nhừ. Ăn lạc, uống nước.

Công hiệu: Khỏi ho khan, tiêu đờm, nước dãi.

429. Phổi lợn nấu với lá chanh

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính, ho lâu ngày không khỏi, cổ họng ngứa, đờm trắng, ít và ho lâu dẫn đến đau vùng lườn, tức ngực.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 15gr lá chanh, 150-200g phổi lợn. Phổi lợn rửa sạch thái nhỏ, bóp hết bọt nước. Cho một ít nước, một ít muối vào phổi, lá chanh, nấu chín kỹ. Ăn cả cái lẫn nước.

Công hiệu: Long đờm, khỏi ho, giảm đau cổ họng.

430. Canh rau cải trắng khô với táo tầu, đậu phụ

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính ở người cao tuổi .

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 100 g rau cải khô, 50g đậu phụ, 10 quả táo. Ninh nhừ, cho vào 1 ít dầu ăn, một ít muối. Ăn vào 2 bữa cơm trong ngày.

Công hiệu: Mát phổi, tiêu viêm, khỏi ho.

431. Bột linh chi hấp với thịt lợn nạc

Chữa trị: Người cao tuổi viêm khí quản mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng ....g linh chi tán nhỏ, 100 g thịt lợn nạc. Thịt băm nhỏ, trộn đều với bột linh chi, cho vào 1 ít dầu ăn, một ít muối. Hấp cách thủy. Ăn vào 2 bữa cơm.

Công hiệu: Tăng cường khí huyết, khỏi ho.

432. Đông trùng hạ thảo, hấp cách thủy

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính, ho khan của người cao tuổi.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 1 con vịt, làm sạch lông, bỏ ruột, lấy 10-12 g đông trùng hạ thảo, rửa sạch cho vào trong con vịt. Hấp cách thủy. Ăn thịt, uống nước.

Công hiệu: Mát phổi, tăng cường khí huyết, tiêu đờm, khỏi ho...

433. Hạt dẻ hầm với thịt lợn nạc

Chữa trị: Người cao tuổi bị viêm khí quản mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 250 g hạt dẻ (bóc bỏ vỏ), 200g thịt lợn nạc, rửa sạch, thái miếng. Cho đủ nước và một ít muối. Ninh nhừ, ăn thịt, uống nước.

Công hiệu: Tăng cường khí huyết, khỏi ho, tiêu viêm.

434. Dầu vừng nấu với thịt dơi

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 1 con dơi, làm sạch lông, chặt bỏ đầu, chân, ruột gan. Cho vào 250g dầu vừng, ninh nhừ thịt dơi trong dầu vừng. Lọc bỏ bã, lấy nước dầu vừng, chia làm 3 ngày, nấu với rau để ăn.

Công hiệu: Hạ khí, khỏi ho, nhuận phổi.

435. Gừng tươi sấy với quả hồng khô

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 3-6g gừng tươi rửa sạch, bỏ vỏ, lấy 1 quả hồng khô, bổ dọc quả hồng thành mảnh, kẹp lát gừng tươi vào giữa. Sấy trên ngọn lửa nhỏ 1 lúc.

Bỏ gừng, ăn quả hồng, hoặc ăn cả gừng lẫn hồng.

Công hiệu: Bổ phổi, tiêu đờm, khỏi ho.

436. Cá diếc ăn với gừng bán hạ

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Cá diếc bỏ ruột, sấy khô, nghiền nhỏ. Mỗi lần uống 5g bột cá với 3 g bột vừng bán hạ. Uống với nước cơm. Mỗi ngày uống 3 lần.

Công hiệu: Bổ phổi, tiêu đờm, khỏi ho.

437. Bạch cập hấp với tổ yến

Chữa trị: Người bị viêm khí quản mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 6-9 g bạch cập, 6,9 g tổ yến. Hấp cách thủy cho đến khi nhừ nát, lọc lấy nước, bỏ bã. Cho vào 1 ít đường phèn, đun tiếp 1 vài phút. Mỗi ngày ăn 1-2 lần.

Công hiệu: Bổ phổi, tiêu đờm, khỏi ho, tiêu viêm.

Đây là bài thuốc dân gian dùng bồi dưỡng cơ thể.

438. Trứng gà nướng bọc cóc

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính.

Lấy 1 con cóc sống, mổ bỏ hết nội tạng. Lấy 1 quả trứng gà, đặt vào trong bụng cóc, dùng đất dẻo bọc kín, nướng cháy trên lò than.

Bỏ đất vả con cóc đi, chỉ ăn trứng gà đã nướng. Hàng ngày, sáng sớm ăn 1 quả trứng gà.

Người bệnh nặng, ăn trong 5 ngày (kiêng hút thuốc, kiêng ăn mỡ). Bài thuốc này có tác dụng chữa thở khò khè.

439. Kẹo hạnh nhân

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Hạnh nhân, đường phèn tán nhỏ, trộn đều, chế biến thành kẹo hạnh nhân.

Mỗi buổi sáng chiều ăn 9 g kẹo. Mỗi đợt điều trị 10 ngày.

Công hiệu: Tiêu viêm, giải độc, khỏi ho.

440. Nhân quả thông tẩm đường

Chữa trị: Người già viêm khí quản mạn tính (thở hụt hơi, mệt mỏi, hay toát mồ hôi, da tái xám, ăn kém, nhạt miệng, mạch vi nhược).

Liều lượng, cách dùng: Đường trắng 500gr, cho 1 ít nước đun nhỏ lửa cho đến khi khô, đường kéo thành sợi, không dính thì ngừng đun. Cho 250 gr nhân quả thông vào đun tiếp, quấy đều, đổ ra đĩa to, để nguội, cắt thành miếng.

Công hiệu: Nhuận phổi, bổ tì, giảm ho.

441. Cháo trứng gà ngân hành, hạnh nhân, hồ đào, lạc

Chữa trị: Viêm khí quản mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Ngân hành, hạnh nhân 1 phần, hồ đào, lạc nhân 2 phần. Tán nhỏ, trộn đều.

Mỗi buổi sáng sớm, dùng 20 g bột hỗn hợp trên và 1 quả trứng gà, nấu 1 bát cháo, ăn nóng.

Ăn liên tục trong nửa năm. Thường bắt đầu ăn từ đầu mùa thu (trước khi bệnh viêm khí quản phát sinh, khi chưa rét) cho đến hết mùa xuân sang năm sau (khi thời tiết ấm áp).

Công hiệu: Bổ thận, nhuận phổi, giải độc, tiêu viêm .

Dùng phối hợp chữa sưng phổi rất tốt.

XXXIII. CHỮA BỆNH THỞ KHÒ KHÈ

442. Nấu cháo lá tía tô

Chữa trị: Thở khò khè do cảm lạnh (thở gấp, hơi ngắn, trong cổ họng có đờm loãng trắng, có tiếng khò khè, rét dữ dội không ra mồ hôi, nhức đầu, thân thể mệt mỏi, bữa lưỡi trắng, mỏng).

Liều lượng, cách dùng: Trước tiên dùng 500g gạo tẻ náu thành cháo, cháo chìn nhừ, cho vào 10-15g lá tía tô, đun tiếp cháo sôi lên là được.

Mỗi ngày ăn 2 lần.

Công hiệu: Giải cảm, dễ thở, tán hàn, khí huyết lưu thông, giảm đau.

Bài thuốc này điều trị cảm lạnh, ho, tức ngực có hiệu quả.

Chú ý: Những người cảm nóng sốt không được dùng.

443. Cháo gạo nếp với gừng, táo tầu

Chữa trị: Thở khò khè cảm lạnh (bệnh trạng như trên).

Gừng tươi thái nhỏ, táo 2 quả, gạo nếp 150 g. Cho nước vừa đủ, nấu thành cháo.

Công hiệu: Giải cảm, tán hàn, tiêu đờm, tăng cường điều hòa khí huyết, bổ tì, vị.

Người cao tuổi cũng dùng được bài thuốc này.

444. Bột đình lịch nấu với táo tầu

Chữa trị: Thở khò khè do cảm nóng (thở có tiếng khò khè, sốt cao, bứt rứt, miệng khát, thèm uống, đườm đặc vàng, hoặc trắng dính, bựa lưỡi vàng nhầy, mạch hoạt).

Liều lượng, cách dùng: Quả đình lịch 10 g sao vàng, tán nhỏ, táo 20 qủa. Cho táo vào 500ml nước sắc lấy 200ml, cho bột đình lịch vào, quấy đều, đun tiếp trong 10 phút gạn lấy nước uống.

Công hiệu: Tiêu đờm, dễ thở, khí huyết lưu thông.

Chú ý: Những người cơ thể hư nhược cần thận trọng khi dùng bài thuốc này.

445. Cao hạnh nhân, mật ong

Chữa trị: Thở khò khè do cảm nóng (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Hạnh nhân (bỏ đầu vỏ nhọn) 30 g, nước 200 ml cho 120 g mật ong tươi, 12g cam thảo vào, sắc kỹ cô đặc thành cao. Mỗi lần uống 10ml, ngày uống 2 làn, uống sau bữa ăn.

Công hiệu: Nhuận phổi, thanh nhiệt, dễ thở, khỏi ho.

Bài thuốc này có tác dụng chữa chứng nóng phổi, thở khò khè, thông đại tiện.

Những người phổi khí hư cũng dùng được.

446. Cháo cao đông a bổ phổi

Chữa trị: Thở khò khè do cảm nóng (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Gạo nếp 30g, hạnh nhân 10g, cao đông a 15g, nam mộc hương 10g. Dùng nước vừa đủ, trước hết sắc kỹ hạnh nhân, nam mộc hương lấy nước, bỏ bã. Cho gạo nếp vào nấu thành cháo. Cao đông a hòa tan vào nước rồi cho vào cháo, cho vào cháo 1 lít đường phèn, đun sôi quấy đều.

Công hiệu: Mát phổi, hạ nhiệt, bổ trung ích khí, khỏi ho, dễ thở.

Bài thuốc này chữa chứng phế hư hỏa thịnh, ho, thở dốc rất công hiệu.

Những người ho trong đờm có lẫn máu cũng có thể dùng bài thuốc này.

447. Cao hoàng kỳ, cam thảo, mật ong...

Chữa trị: Thở (người cao tuổi, cơ thể suy nhược, bệnh kéo dài, thở hụt hơi, sợ gió, thở khó, ra mồ hôi trộm, ăn yếu, mạch hư nhược).

Liều lượng, cách dùng: Hoàng kỳ tươi 20g, thạch cao 10g, mật ong 30g cam thảo 6g, bột sơn dược 10g, rễ cỏ tranh tươi 20 g.

Trước hết đem hoàng kỳ thạch cao, rễ cỏ tranh sắc trong 30 phút, bỏ bã, lấy 2 cốc nước. Cho cam thảo, bột sơn dược vào sắc tiếp, quấy đều, cô đặc, cho mật ong vào, đun sôi, để nguội. Chia làm 3 lần uống hết trong ngày.

Công hiệu: Giúp phổi điều hòa âm dương, thở nhịp nhàng, tự nhiên.

448. Hồ đào sắc với nhân sâm

Chữa trị: Thở khò khè (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Quả hồ đào 20g, (bỏ vỏ), nhân sâm 6g hoặc đẳng sâm 20g, gừng tươi 3 lát. Cho nước vừa đủ, sắc lấy 200ml, vớt bỏ gừng ra, cho vào một ít đường phèn, quấy đều.

Mỗi ngày uống 1 lần, uống trước khi đi ngủ.

Công hiệu: Bổ thận, bổ phổi, thở dễ, đại bổ nguyên khí, ấm dạ, tiêu đờm.

- Chữa khỏi chứng tì thận hư, thở khó.

- Người cao tuổi mắc chứng khó thở dùng rất tốt.

450. Nhân quả hồ đào sắc với quả hồng khô

Chữa trị: Khó thở (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Nhân hồ đào, hồng khô mỗi thứ 500g. Trước hết cho nhân hồ đào vào sắc kỹ, vớt ra cho vào bình trộn với quả hồng khô đã hấp chín. Để nguội, ăn tùy ý.

Công hiệu: Mát phổi, tăng cường khí huyết, tiêu đờm, giảm nóng, dễ thở, khỏi ho.

451. Canh củ cải trứng gà

Chữa trị khó do dị ứng (những người hay mắc chứng do dị ứng, mỗi khi gió lạnh, hít phải bụi, ăn tôm cá, hoặc đường hô hấp bị nhiễm vi khuẩn độc hại. Khi mắc bệnh thường khạc ra đờm, hay ngáp, dễ bực bội toát mồ hôi, hết cơn thì trở lại bình thường).

Liều lượng, cách dùng: Về mùa đông, chọn một số cây cải củ to, khoét lỗ, đủ nhét quả trứng gà vào (đầu trứng gà to hướng lên trên). Trồng cây cải củ vào chậu, giữ cho cây sống, sau 81 ngày, nhổ lên rửa sạch, cắt nhỏ, nấu chín nhừ, đập trứng gà vào nồi canh. Không cho muối, ăn canh. Vì khi trời giá rét, nói chung trứng gà không ung thối, nếu trứng ung thối biến chất thì không dùng được.

Bài thuốc chữa bệnh thở khò khè rất tốt.

452. Hạt củ cải sắc với hạnh nhân

Chữa trị: Thở khò khè, đờm nhiều, hơi ngắn.

Liều lượng, cách dùng: Hạt cải củ 20g, hạnh nhân 20g. Trước hết đem hạt cải sao vàng, bỏ đầu nhọn hạt hạnh nhân. Cho vào 1 bát nước, sắc lấy nửa bát, uống.

Công hiệu: Tăng cường khí huyết, tiêu đờm, dễ thở.

453. Bột mai mực trộn đường đỏ

Chữa trị: Thở khò khè , đờm nhiều, hụt hơi, thở gấp.

Liều lượng, cách dùng: Mai mực sấy khô tán thành bột, mỗi lần dùng 15g hòa với đường đỏ uống. Mỗi buổi sáng chiều uống 1 lần.

Công hiệu: Tăng cường khí huyết, tiêu đờm, thở ổn định.

454. Quả hạnh đào, hạnh nhân, gừng tươi luyện với cám

Chữa trị: Thở khò khè , cơ thể suy nhược.

Liều lượng, cách dùng: Quả hạnh đào 50g, hạnh nhân 50g (cắt đầu nhọn), gừng tươi 50g, cám gạo 100g. Tất cả đem sao vàng, tán nhỏ, trộn với mật ong chế thành thuốc viên. Mỗi viên khoảng 9g. Uống trước lúc đi ngủ. Mỗi lần 2 viên.

Công hiệu: Bổ khí huyết, tiêu đờm, thở ổn định.

455. Gà mái đen nấu với giấm chua

Chữa trị: Thở khò khè , cơ thể suy nhược.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 con gà mái đen, 200 g giấm.

Gà làm sạch lông, bỏ ruột, chặt miếng, cho vào hầm với giấm chua. Ăn nóng.

Công hiệu: Bổ khí huyết, dễ thở.

456. Gà mái vàng hấp với bột ca-ri

Chữa trị: Mắc chứng khó thở kéo dài, cơ thể suy nhược.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 con gà mái vàng, 25g bột ca-ri (hoặc thay bằng bột hạt cải). Gà làm sạch lông, bỏ mật, chặt miếng, cho vào hầm với bột ca-ri, ăn nóng.

Công hiệu: Tăng cường khí huyết, dễ thở.

457. Hạnh nhân đắng, hạnh nhân ngọt sắc với đường phèn

Chữa trị: Người cao tuổi thở khó.

Liều lượng, cách dùng: Hạnh nhân ngọt 25g, hạnh nhân đắng (khổ hạnh nhan) 25g, đường phèn 50g, cho vào một bát nước, sắc lấy1/2 bát.Uống hết trong 1 lần.

Công hiệu: Tăng cường khí huyết, dễ thở.

458. Trứng gà ngâm nước đái

Chữa trị: Thở khó lâu ngày không khỏi, cơ

thể suy nhược.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 20 quả trứng gà, ngâm vào chậu nước đái trong 4 ngày; sau đó lấy ra rửa sạch, mỗi ngày luộc 1 quả, bóc vỏ ăn.

Công hiệu: Bổ khí huyết, dễ thở.

459. Vừng đen, gừng tươi trộn với mật ong, đường phèn

Chữa trị: Người cao tuổi thở khò khè.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 250g vừng đen, 200g gừng tươi, 200g mật ong, 200g đường phèn. Trước tiên đun nước gừng hòa với đường phèn, đun sôi, sau đó đem vừng đen sao thơm, để nguội, trộn với nước gừng sao khô, để nguội. Cuối cùng tất cả trộn với mật ong, đường phèn.

Mỗi buổi sáng, chiều uống 1 thìa, uống với nước sôi.

Công hiệu: Tăng cường khí huyết, dễ thở.

460. Trứng gà nấu với hoa hướng dương

Chữa trị: Thở khò khè.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 hoa hướng dương, cho vào 2 bát nước, sắc lấy 1 bát. Đun sôi nước, đập vào 1 quả trứng gà. Ăn trứng, uống nước.

Công hiệu: Bổ khí huyết, dễ thở.

461. Thịt chó nấu với thục phụ phiến, gừng tươi

Chữa trị: Người già khó thở mạn tính do hư hàn, suy nhược.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 15-30 g thục phục phiến, 150g gừng tươi nướng chín, 500-1000g thịt chó.

Tất cả đem băm nhỏ. Trước hết đem tỏi, dầu lạc xào với thịt chó, cho ít nước đun tiếp trong 2 tiếng. Ăn cả nước lẫn cái.

Công hiệu: Bổ hư, khử hàn, thở dễ.

462. Nhai nuốt vừng, gừng tươi, hạnh đào

Chữa trị: Người cao tuổi thở khó.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 10g vừng, 2 quả hạnh đào, 2 lát gừng. Cả 3 vị trên đem nhai kỹ, nuốt chậm ít một. Hàng ngày, mỗi bữa sáng, chiều, nhai nuốt 1 lần.

463. Vỏ quả bưởi nấu với cuống nhau bò

Chữa trị: Bệnh thở khó tái phát nhiều lần không giảm.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng từ 1/2 đến cả chiếc cuống nhau bò rửa rạch, cắt thành miếng nhỏ, vỏ bưởi khô 15-20g. Tất cả cho vào sắc kỹ.

Công hiệu: ích khí, bổ phổi, tiêu đờm, dễ thở

464. Trứng gà xào rau hẹ

Chữa trị: Thở khó do thận hư hàn.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 100 gr rau hẹ tươi.

Rửa sạch, thái nhỏ, đập 2 quả trứng gà vào cho 1 ít muối, dầu lạc, quấy đều, xào chín. Ăn vào 2 bữa cơm.

Công hiệu: Ích khí, dễ thở.

465. Táo tầu nấu với bí ngô, đường đỏ

Chữa trị: Thở khò khè.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 500 g bí ngô (bỏ vỏ), 15-20 quả táo, đường đỏ vừa đủ. Tất cả cho vào nấu nhừ thành cháo. Ăn nóng.

Công hiệu: Ích khí, dễ thở.

466. Bột chuột bao tử

Chữa trị: Thở khó.

Liều lượng, cách dùng: Chuột bao tử đem sao toàn tính, tán thành bột, uống với nước sôi. Mỗi lần 1 con. Uống liên tục nhiều lần. Kết quả điều trị rất tốt.

467. Bột con dơi

Chữa trị: Thở khò khè.

Liều lượng, cách dùng: Con dơi đem sao toàn tính, tán bột. Mỗi ngày 2 lần, mỗi lần 2,5-5g bột, uống với nước đường phèn.

468. Cháo bột gạo, lợn bao tử

Chữa trị: Thở khò khè .

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 con lợn bao tử (lợn con vừa sinh ra, chưa bú sữa mẹ) làm sạch lông, rửa sạch, thái miếng, ninh nhừ. Cho vào 1 ít gạo, muối, nấu thành cháo. Ăn hết trong 2-3 ngày.

469. Tinh hoàn lợn con uống với rượu

Chữa trị: Thở khò khè.

Liều lượng, cách dùng: Tinh hoàn lợn con 2 quả, sao toàn tính, tán nhỏ, uống với rượu.

470. Phổi lợn nấu với ngũ vị tử, hà tử

Chữa trị: Thở khò khè.

Liều lượng, cách dùng: Phổi lợn 1 chiếc, ngũ vị tử 20 hạt, hà tử 5g. Phổi lợn rửa sạch, ninh nhừ, với 2 vị thuốc trên.

Bỏ bã thuốc, còn lại chia làm 3 lần ăn phổi lợn, uống nước.

471. Dương vật con hươu uống với rượu

Chữa trị: Thở khò khè.

Liều lượng, cách dùng: Dương vật con hươu, sao khô tán nhỏ, uống với rượu.

472. Giun đất khô sắc với lá dâu, thiên môn

Chữa trị: Thở khò khè.

Liều lượng, cách dùng: Giun đất khô 20 con, lá dâu 5g, thiên môn đông, bách bộ và cốt toái bổ mỗi thứ 15g.

Sắc kỹ lấy nước uống. Mỗi ngày 1 thang, uống làm 2 lần.

473. Hải mã sắc với đương quy

Chữa trị: Thở khò khè .

Liều lượng, cách dùng: Hải mã 5g, đương quy 10g. Sắc lấy nước uống.

474. Vịt trắng hầm với nhân hồ đào

Chữa trị: Thở khò khè.

Liều lượng, cách dùng: Vịt lông trắng 1 con, làm sạch lông, bỏ ruột. Cho đường trắng, đường phèn, mật ong và nhân hồ đào mỗi thứ 120g vào trong bụng vịt. Hầm chín nhừ. Ăn liên tục 3 ngày, mỗi ngày 1 con.

XXXIV. CHỮA BỆNH VIÊM PHỔI

475. Ngân hoa, mật ong

Chữa trị: Viêm phổi chớm vào giai đoạn II (sốt rét dữ dội, nhức đầu, ho, tức ngực đau âm ỉ,

không ra mồ hôi, hoặc ra rất ít, đầu lưỡi đỏ, bựa lưỡi trắng hoặc vàng, mạch phù).

Liều lượng, cách dùng: Dùng 30g ngân hoa, cho vào 500ml nước, sắc lấy nước, bỏ bã. Dùng 100g gạo tẻ, cho vào nước lá tre thạch cao nấu thành cháo. Mỗi ngày ăn 2 - 3 lần.

Công hiệu: Thanh nhiệt, khỏi khát, tiêu đờm.

477. Rễ cỏ tranh sắc với nước ngó sen

Chữa trị: Viêm phổi.

(Sốt cao không giảm, về đêm càng sốt cao, hôn mê, mới nói lảm nhảm, thở gấp, khò khè, trong đờm có vệt máu, môi thâm, lưỡi đỏ, bữa lưỡi vàng, dày, mạch vị).

Liều lượng, cách dùng:

Rễ cỏ tranh tươi 150 g, thái nhỏ, ngó sen tươi 200 g, thái lát, sắc lấy nước uống. Một ngày uống 4-5 lần.

Công hiệu: Thanh nhiệt, tiêu đờm, cầm máu.

Đặc biệt chữa khỏi viêm phổi, trong đờm có máu.

478. Uống nước rễ lau, tuyết lê, mã thầy...

Chữa trị: Viêm phổi thời hồi phục (sau khi mắc bệnh, nóng nhiều, mát ít, miệng khô thở hơi nóng, trong người cồn cào, bực bội, mất ngủ, táo bón).

Liều lượng, cách dùng: Rễ lau tươi, tuyết lê (bỏ vỏ) mã thầy (bỏ vỏ), ngó sen tươi mỗi thứ 500 g, mạch môn đông tươi 100 g. Tất cả đem giã nát, vắt lấy nước, trộn vào nhau. Uống tươi hoặc đun sôi uống. Uống nhiều lần trong ngày.

Công hiệu: Thanh nhiệt, giải phiền an thần.

- Dưỡng âm, bổ máu, mát phổi.
- Bổ âm, sinh huyết, sau thời kỳ mắc bệnh.

479. Cháo gạo tẻ, nhân sâm, gừng tươi

Chữa trị: Viêm phổi, khí hư sau khi mắc bệnh. (Sau khi mắc bệnh viêm phổi, khí hư, ra mồ hôi trộm, chân tay giá lạnh, thần kinh mệt mỏi, tim hồi hộp, thở đứt hơi).

Liều lượng, cách dùng: Bột nhân sâm 6gr hoặc bột đẳng sâm 30 g, gừng tươi 5 lát, gạo tẻ 100g. Tất cả đem nấu thành cháo. Mỗi ngày ăn 2-3 lần.

Công hiệu: Bổ hư, tăng cường khí huyết.

Chú ý: Những người sốt nhiều chưa bớt không dùng thuốc này.

XXXV. CHỮA BỆNH PHỔI

480. Ý dĩ với bách hợp (bẹ lá cây hoa huệ)

Chữa trị: Ho, đau vùng ngực, đờm đặc, có mùi hôi, hụt hơi, thở dốc.

Liều lượng, cách dùng: Ý dĩ 200g, bách hợp 50g, cho vào 5 bát nước, sắc lấy 3 bát. Chia làm 4 lần uống hết trong 1 ngày.

Công hiệu: Nhuận phổi, thanh nhiệt, tiêu đờm.

481. Phổi lợn nấu với ý dĩ

Chữa trị: Ho, đau vùng ngực, đờm đặc có mùi hôi, hụt hơi, thở dốc.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 chiếc phổi lợn, 200 g ý dĩ. Ninh nhừ, ăn cái, uống nước.

Công hiệu: Nhuận phổi, tăng cường khí huyết, tiêu đờm, giảm đau.

482. Hạ khô thảo (rau cải tươi) nấu với thịt lợn nạc

Chữa trị: Bệnh phổi.

Liều lượng, cách dùng:

+ Dùng 6-4g hạ khô thảo, 30g thịt lợn nạc. Nấu canh thịt, khô thảo ăn 2-3 lần sẽ có kết quả.

Hoặc: Hạ khô thảo, đường đỏ sắc lấy nước uống.

Công hiệu: Bổ phổi, thanh nhiệt, thông đờm.

XXXVI. CHỮA BỆNH HO

483. Gừng nấu với chao đậu, mạch nha

Chữa trị: Chứng ho do cảm lạnh (bệnh trạng: mới chớm ho, đờm loãng, trắng, nhức đầu, ngạt mũi, sốt rét dữ dội, bựa lưỡi trắng, mạch phù, gấp).

Liều lượng, cách dùng: Dùng 30g gừng khô, 15g chao đậu nhạt. Cho nước vừa đủ, đun sôi. Cứ 30 phút gạn nước 1 lần, lại cho nước vào sắc (sắc 2 nước). Sau đó trộn 2 nước vào nhau, đun nhỏ lửa, cô đặc lại và cho 250g mạch nha vào quấy đều, tiếp tục đun nhỏ lửa cho đến khi dùng đũa quấy, thấy thành sợi, không dính là được. Để nguội, đổ ra khay, chia thành khoảng 100 miếng nhỏ, ăn dần.

Công hiệu: Trừ phong, tán hàn, thông đờm.

484. Cao long nhãn, sâm, mật ong

Chữa trị: Bệnh ho do ráo phổi (thường thấy bệnh xuất hiện vào mùa thu, thời tiết khô hanh. Bệnh trạng, ho khan không có đờm, hoặc đờm rất ít, dính, sát khó khạc ra, miệng khô thở hơi nóng hoặc sốt cao, trong đờm có vết máu, đầu lưỡi đỏ, bựa lưỡi vàng, khô, mạch vi).

Liều lượng, cách dùng: Đảng sâm 250g, sâm 150g, long nhãn 120g. Trước hết đem ngâm trong nước một lúc, sau đó đun nhỏ lửa, sắc kỹ (lấy 3 nước).

Hòa 3 nước thuốc vào nhau, đun nhỏ lửa, cô đặc, cho mật ong, quấy đều, đun sôi thì ngừng đun, để nguội.

Mỗi lần uống 1 thìa, uống với nước sôi, mỗi ngày uống 3 lần.

Công hiệu: Mát phổi, giải nhiệt, khỏi ho.

485. Bối mẫu, tuyết lê

Chữa trị: Bệnh ho do phế hư (bệnh trạng: thể chất hư nhược, ho kéo dài, sợ gió, tiếng ho nhỏ, yếu, thở dốc, hụt hơi, lưỡi đỏ, bựa lưỡi ít, mạch vi).

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 quả lê to, rửa sạch, bổ dọc quả lê làm 2 mảnh, lấy hột ra, cho vào trong quả lê 10g xuyên bối mẫu úp 2 mảnh lại, buộc chặt. Cho quả lê vào trong 1 cái bát, trộn vào 30g đường phèn, 1 ít nước. Đặt bát lê vào xoong, đậy vung, đun nhỏ lửa. Khoảng 40 phút là được. Ăn lê, uống nước.

Công hiệu: Bổ âm, nhuận phổi, tiêu đờm, khỏi ho.

486. Đu đủ hấp với mật ong

Chữa trị: Bệnh ho khan, ít đờm.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 quả đu đủ chín, gọt bỏ vỏ, thái lát cho mật ong vào hấp chín.

Công hiệu: Thanh nhiệt, nhuận phổi, tăng cường khí huyết.

487. Củ cải, hồ tiêu, gừng tươi sắc với trần bì

Chữa trị: Ho vì cảm lạnh, nhiều đờm, có bọt.

Liều lượng, cách dùng: Củ cải 1 củ, hồ tiêu 5 hạt, gừng tươi 3 lát, trần bì 1 miếng. Sắc lấy nước uống.

Công hiệu: Tiêu đờm, khỏi ho.

488. Phổi lợn, củ cải nấu với hạnh nhân

Chữa trị: Ho lâu ngày không khỏi.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1/2 chiếc phổi lợn, 1 củ cải, 15 g hạnh nhân. Sắc lấy nước uống.

Công hiệu: Giải độc, khỏi ho.

489. Quả cật lợn, đậu đen, trần bì, gừng tươi, táo tầu

Chữa trị: Ho lâu ngày không khỏi.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 1 quả cật lợn, 150g đậu đen, 1 miếng trần bì, 15g gừng tươi, 4 quả táo. Cho vào 1 ít nước, nấu chín kỹ ăn.

Công hiệu: Bổ phổi, cắt cơn ho.

490. Hạnh nhân, lá dâu, phổi lợn

Chữa trị: Người cao tuổi khó tở, ho khan, không có đờm. Phần đông do khí hậu khô hanh về mùa đông hay sinh ra ho khan.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần có thể dùng 15-20g nam hạnh nhân, 15 gr lá dâu. Khoảng 250g phổi lợn. Tất cả đem nấu chín kỹ. Ăn vào 2 bữa cơm.

Công hiệu: Nhuận phổi, giải nhiệt, khỏi ho.

Chú ý: Cách nấu - trước hết thái phổi lợn thành miếng, cho nam hạnh nhân (không dùng bắc hạnh nhân), lá dâu... nấu lẫn với phổi lớn.

491. Mộc nhĩ trắng, bách hợp, sa sâm sắc với đường phèn

Chữa trị: Ho khan, ít đờm do âm hư, phổi ráo.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 6g mộc nhĩ trắng, bách hợp, sa sân mỗi thứ 9g, một ít đường phèn. Sắc kỹ lấy nước uống.

Có thể dùng riêng mộc nhĩ trắng, mỗi lần 5g.

Công hiệu: Bổ phổi, khỏi ho.

492. Vừng đen, đường trắng

Chữa trị: Ho khan, ít đờm.

Liều lượng, cách dùng: Vừng đen 120g, đường trắng 30 g, sao chín ăn.

Công hiệu: Tiêu đờm, khỏi ho.

493. Uống nước mía, nước mã thầy

Chữa trị: Phổi nóng, ho, cổ họng khô, đau.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 3 ml nước mía, 15 ml nước mã thầy.

Công hiệu: Nhuận phổi, khỏi ho, giảm đau.

494. Tuyết lê, xuyên bối mẫu nấu với mộc nhĩ trắng

Chữa trị: Người cao tuổi ho khan, không có đờm, cổ họng khô.

Liều lượng, cách dùng: Tuyết lê 1 quả, xuyên bối mẫu 3 g, mộc nhĩ trắng 6g. Sắc lấy nước uống.

Công hiệu: Nhuận phổi, khỏi ho.

495. Tuyết lê, xuyên bối mẫu nấu với phổi lợn

Chữa trị: Ho khan, không đờm, cổ họng khô.

Liều lượng, cách dùng: Tuyết lê 2 quả, xuyên bối mẫu 10g, phổi lợn khoảng 250g, lê gọt bỏ vỏ, thái lát, phổi lợn thái nhỏ, bóp rửa hết bọt. Tất cả cho vào ấm đất, nước vừa đủ, sắc trong 3 tiếng lấy nước pha với đường.

Công hiệu: Nhuận phổi, tăng cường khí huyết, khỏi ho.

496. Kiếm hoa nấu với phổi lợn

Chữa trị: Phổi nóng, ho khan, miệng khô, cổ họng nóng.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần có thể dùng 25-30g kiếm hoa khô, hoặc 200-250g kiếm hoa tươi, phổi lợn 250-300g. Cho nước vừa đủ, ninh trong 1 -2 tiếng. Ăn cái, uống nước.

Công hiệu: Nhuận phổi, khỏi ho.

497.Chao đậu, hành nấu với đậu phụ

Chữa trị: Ngứa cổ họng, ho nhiều.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 12 g chao đậu, 2-4 tấm đậu phụ, 15g hành trắng. Trước hết luộc chín đậu phụ. Sau đó cho chao đậu và một bát nước. Sắc lấy 1/2 bát nước, cho hành củ vào đun sôi là được.

Ăn nóng, ăn xong lấy chăn đắp kín để ra mồ ôi.

Chú ý: Không để ra mồ hôi quá nhiều.

Công hiệu: Khỏi ngứa cổ, khỏi ho.

498. Trứng gà hầm với giấm chua

Chữa trị: Ho lâu ngày không khỏi.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 2 quả trứng gà, 500ml giấm. Đập trứng gà vào giấm, cho vào 1 bát nước. Sắc lấy nước uống.

Công hiệu: Bổ phổi, khỏi ho.

499. Bồ công anh nấu với thịt lợn

Chữa trị: Ho, đờm đặc, nhiều, màu vàng nâu.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 150g thịt lợn, 100g bồ công anh. Cho nước vừa đủ, ninh nhừ.

Công hiệu: Tiêu đờm, khỏi ho.

500. Rau mùi, đường mạch nha

Chữa trị: Ho, đờm đặc, màu vàng nâu.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 25g rau mùi, đường mạch nha 25 g. Cho vào 1 ít nước cơm. Đun sôi, quấy đều, đường tan là được.

Công hiệu: Bổ phổi, tiêu đờm, khỏi ho.

501. Gà mái đen hầm với giấm

Chữa trị ho: Ho lâu ngày, thở dốc.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 1 con gà mái đen, 1500g giấm để lâu năm. Gà làm sạch lông, bỏ ruột, chặt nhỏ, hầm với giấm lâu năm, chia làm 3, 4 lần ăn hết trong ngày.

Công hiệu: Khỏi ho, thở đều.

502. Trứng gà ngâm nước đái trẻ em, nấu với nước đường phèn

Chữa trị : Ho lâu ngày, thở dốc.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 20 quả trứng gà, ngâm vào nước đái trẻ em, trong 20 ngày. Khi dùng, lấy trứng gà ra, đập bỏ vỏ, nấu với nước đường phèn. Ăn trứng uống nước.

Công hiệu: Thở đều, khỏi ho.

503. Lạc nhân, táo tầu nấu với mật ong

Chữa trị: Ho dữ dội mặt đỏ, ho lâu ngày không khỏi.

Liều lượng, cách dùng: Lạc nhân, táo và mật ong mỗi thứ 30g, cho nước vừa đủ, nấu chín kỹ. Ăn cái, uống nước. Mỗi ngày ăn 2 lần.

Công hiệu: Thanh nhiệt, khỏi ho.

504. Mộc nhĩ trắng hấp với đường phèn

Chữa trị: Ho, nhiều đờm.

Liều lượng, cách dùng: Mộc nhĩ trắng 30 gr, một ít đường phèn, hấp cách thủy. Mỗi ngày ăn 1 lần, điều trị liên tục nhiều ngày sẽ có hiệu quả.

Công hiệu: Nhuận phổi, tiêu đờm, khỏi ho.

505. Nước rau cần

Chữa trị: Ho lâu ngày không khỏi.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 250-300g rau cần, rửa sạch, giã nát, vắt lấy nước. Hàng ngày mỗi buổi sáng, chiều uống 1 lần. Uống liên tục 1 tuần.

Công hiệu: Thanh nhiệt, khỏi ho.

506. Hoài sơn, long nhãn, hấp với ba ba

Chữa trị : Ho mạn tính do tì phế hư.

Liều lượng, cách dùng: Hoài sơn, long nhãn mỗi thứ 15-25g, 1 con ba ba. Trước hết cho ba ba vào nước sôi để ba ba giãy chết và bài tiết hết, sau đó mổ rửa sạch, bỏ mật ba ba. Cho ba ba, hoài sơn, long nhãn vào nồi, hấp cách thủy. Thịt chín nhừ là ăn được.

Công hiệu: Bổ tì, vị, khỏi ho.

507. Mật ong hấp với bột xuyên bối

Chữa trị: Ho, ráo phổi.

Liều lượng, cách dùng: Bột xuyên bối 5g, mật ong 30g. Quấy đều, hấp cách thủy.

Công hiệu: Nhuận phổi, cắt cơn ho, giải nhiệt.

508. Sa sâm, ngọc trúc hầm thịt vịt

Chữa trị: Bệnh lao phổi sinh ra sốt nhẹ, ho khan, buồn phiền, miệng khát.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng sa sâm, ngọc trúc mỗi thứ 30-50g, vịt 1 con. Trước hết, đem vịt làm sạch lông, bỏ mật, cho vịt, sâm, ngọc trúc vào ninh nhừ trong 1 tiếng. Ăn thịt, uống nước.

Công hiệu: Bổ phổi, thanh nhiệt, khỏi ho.

509. Bột ngó sen uống với mật ong

Chữa trị: Làm cho thanh nhiệt, nhuận phổi, khỏi ho.

Liều lượng, cách dùng: 30g, bột ngó sen, hòa vào ít nước, đun sôi, cho 30g mật ong vào , quấy đều. Uống nóng.

Công hiệu: Giải nhiệt, nhuận phổi, khỏi ho.

510. Quả la hán hầm phổi lợn

Chữa trị: Ho rát phổi.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 1/2 đến 1 quả la hán, phổi lợn khoảng 250g. Trước hết, phổi lợn đem thái nhỏ, bóp hết bọt, rửa sạch, sau

đó cho phổi lợn, quả la hán vào ninh nhừ. Ăn nóng.

Công hiệu: Mát phổi, thanh nhiệt, khỏi ho.

511. Nước ngó sen nấu với mật ong

Chữa trị: Ho, phổi nóng.

Liều lượng, cách dùng : Dùng ngó sen tươi, giã nát, ép lấy nước. 100-150 ml nước ngó sen hòa vào 15-30g mật ong, quấy đều uống hết 1 lần.

Công hiệu: Nhuận phổi, giải nhiệt, tiêu đờm, khỏi ho. Bài thuốc này cũng chữa trị miệng khô, cổ họng nóng, ho gà, táo bón, viêm tuyến dịch lim-pha cổ trẻ em.

512. Hạt dẻ tươi hầm với thịt lợn nạc

Chữa trị: Người cao tuổi khí hư hen xuyễn.

Liều lượng, cách dùng: Hạt dẻ tươi 60g, thịt lợn nạc vừa đủ, gừng tươi vài lát. Tất cả đem ninh nhừ, ăn nóng. Mỗi ngày ăn 1 lần.

Công hiệu: Bổ hư, cắt cơn ho, dễ thở.

513. Chuối tiêu hấp đường phèn

Chữa trị: Sốt ho, kéo dài lâu ngày không khỏi.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng từ 1-2 quả chuối tiêu, bỏ vỏ, cho đường phèn vừa đủ. Hấp cách thủy. Mỗi ngày ăn 1-2 quả. Điều trị liên tục nhiều ngày.

Công hiệu: Thanh nhiệt khỏi ho.

514. Táo tầu nấu với đường mạch nha

Chữa trị: Ho do tì hư, mặt nhợt nhạt.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 60g đường mạch nha, 15-20 quả táo. Cho đủ nước, ninh nhừ, ăn nóng.

Công hiệu: Bổ tì, khỏi ho.

515. Nam hạnh nhân hầm với phổi dê

Chữa trị: Ho khan lâu ngày không giảm, cổ họng khô, miệng nóng.

Liều lượng, cách dùng: Mổi lần dùng 30g nam hạnh nhân, 250g phổi dê. Trước hết đem phổi dê thái nhỏ, bóp hết bọt nước, rửa sạch. Tất cả đem ninh n hừ, cho thêm gia vị, ăn vào bữa sáng.

Công hiệu: Giảm sốt, khỏi ho.

516. Tuyết lê hấp đường phèn

Chữa trị: Ho lâu ngày không khỏi.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 2 quả tuyết lê, gọt vỏ, thái lát, trộn với mật ong hoặc đường phèn. Hấp cách thủy. Ăn liên tục nhiều lần.

Công hiệu: Nhuận phổi, khỏi ho.

517. Trứng gà nấu với sữa đậu nành

Chữa trị: Ho do bệnh lao phổi.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 1 bát sữa đậu nành, 1 quả trứng gà luộc chín, bỏ vỏ, giầm nát, cho vào ít đường trắng.

Công hiệu: Mát phổi, khỏi ho.

Còn có tác dụng điều trị cơ thể hư nhược.

518. Củ cà rốt sắc với táo tầu

Chữa trị: Bệnh ho.

Liều lượng, cách dùng: Củ cà rốt 150 g, táo 15 quả. Cho vào 2 bát nước, sắc lấy 1 bát. Chia làm 3 lần uống hết trong ngày, điều trị liên tục 3-5 ngày.

Công hiệu: Nhuận phổi, khỏi ho.

519. Xuyên bối mẫu hấp với mật ong

Chữa trị: Phổi nóng, ho, trẻ em ho có đờm

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng xuyên bối mẫu 6-12g, băm nhỏ (nếu dùng bột xuyên bối thì cần 3-6g), mật ong khoảng 15-30g. Hấp cách thủy.

Công hiệu: Nhuận phổi, thanh nhiệt, khỏi ho.

520. Củ cải hấp với mật ong

Chữa trị: Ho do viêm phế quản cấp tính, mạn tính.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 1 củ cải to, khoảng 500g, mật ong 60g. Củ cải gọt vỏ, rửa sạch, khoét rỗng giữa, cho mật ong vào trong, đựng trong bát to. Hấp cách thủy, chín là ăn được.

Công hiệu : Bổ phổi, khỏi ho.

521. Cao gừng tươi, mật ong

Chữa trị: Ho lâu không khỏi do phổi lạnh, nóng.

Liều lượng, cách dùng: Nước gừng tươi 200 g, mật ong 200 g.

Cho vào soong đun nhỏ lửa, cô đặc lại, để nguội dùng dần. Mỗi lần dùng 30 ml, hòa với nước sôi uống. Mỗi ngày uống 2 lần.

Công hiệu: Mát phổi, khử hàn, khỏi ho.

522. Bắc hạnh nhân hấp với tuyết lê

Chữa trị: Ho khan.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 10 g, bắc hạnh nhân 1 quả tuyết lê, 30-50g đường trắng 1/2 bát nước.

Hấp cách thủy trong 1 tiếng. Ăn cả nước lẫn cái.

Công hiệu: Thanh nhiệt, ra mồ hôi, mát gan, khỏi ho.

523. Quả hồng khô hấp với đường phèn

Chữa trị: Ho khan.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 3 quả hồng khô, rửa sạch, cho vào 1 ít nước, đường phèn. Hấp cách thủy cho đến khi quả hồng mềm nhũn.

Công hiệu: Mát phổi, khỏi ho.

524. Hạnh nhân nấu với đường phèn

Chữa trị: Ho khan.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng nam hạnh nhân (hạnh nhân ngọt) 15g, bắc hạnh nhân

(hạnh nhân đắng) 3 g, cho vào nước ngâm bóc bỏ vỏ. Dùng 50g gạo tẻ, ngâm nước cho mềm, rồi cho nam, bắc hạnh nhân vào đánh nát, đổ nước và đường phèn vừa đủ vào, nấu thành cháo để ăn.

Công hiệu: Nhuận phổi, cắt cơn ho.

525. Lạc nhân nấu với đường phèn

Chữa trị: Ho khan.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 100-150g lạc nhân, đường phèn, nước vừa đủ. Nấu kỹ, lấy nước uống.

Công hiêu: Nhuận phổi, bổ tì, tăng cường khí huyết, khỏi ho.

526. Canh cải trắng, đậu phụ, táo tầu

Chữa trị: Ho khan.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 100g cải trắng khô, khoảng 50g đậu phụ, 10 quả táo. Cho nước vừa đủ, một ít dầu, một ít muối. Nấu thành canh, ăn vào 2 bữa cơm.

Công hiệu: Mát phổi, khỏi ho khan.

527. Mộc nhĩ trắng hấp đường phèn

Chữa trị : Ho khan

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 10-12g mộc nhĩ trắng, ngâm, rửa sạch. Cho vào nước, đường phèn vừa đủ. Hấp cách thủy từ 2-3 tiếng. Ăn cái uống nước.

Công hiệu: Bổ âm, khỏi háo phổi, ra mồ hôi, khỏi ho.

528. Canh ngọc trúc thịt lợn nạc.

Chữa trị: Ho khan.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 30g ngọc trúc, 100-150g thịt lợn nạc. Cho vào 4 bát nước, sắc lấy 2 bát, cho vào 1 ít muối. Ăn thịt, uống nước.

Công hiệu: Bổ âm, khỏi háo phổi, cắt cơn ho.

529. Đông trùng hạ thảo hấp với vịt

Chữa trị: Ho khan.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 1 con vịt trời, làm sạch lông, bỏ ruột, dùng 10-12g đông trùng hạ thảo, rửa sạch cho vào trong bụng vịt. Hấp cách thủy, vịt chín cho vào 1 ít muối. Ăn thịt, uống nước.

Công hiệu: Mát phổi, bổ tim phổi, tăng cường khí huyết, khỏi ho.

XXXVII. CHỮA BỆNH LAO PHỔI

530. Cháo địa hoàng nhân táo

Chữa trị: Lao phổi, sốt nhẹ (hàng ngày về buổi chiều, sau hai giờ bắt đầu sốt, thường sốt 37,5-38 độ C, cho đến 12 giờ đêm thì ra mồ hôi trộm, cơn sốt lui, cơ thể giá lạnh, ngày nào cũng

diễn ra như vậy).

Liều lượng, cách dùng: Nhân quả táo chua 30g, cho nước vào nghiền nát lấy 100ml, địa hoàng tươi 30g, chắt lấy 100 ml nước, gạo tẻ 100g. Cho nước vừa đủ, nấu gạo thành cháo. Khi chín, cho nước nhân táo, địa hoàng vào cháo, đun sôi.

Mỗi ngày ăn 1-2 lần.

Công hiệu: Thanh nhiệt, khỏi ra mồ hôi trộm, sinh huyết, khỏi khát, bổ dưỡng tim, an thần.

- Còn có tác dụng chữa chứng mệt mỏi, hồi hộp, mất ngủ, sốt nhẹ trong đờm có máu.

Chú ý: Những người đi ỉa phân lỏng không được dùng bài thuốc này.

531. Cao lê, cát cánh, mã thầy.

Chữa trị: Ho, lao phổi, trong đờm có máu (bệnh trạng: ho khan lâu ngày không khỏi, trong đờm có sợi máu, hoặc nửa máu, nửa đờm, buổi chiều 2 má ửng hồng, ban đêm lòng bàn tay, gan bàn chân nóng).

Liều lượng, cách dùng: Lấy 100g hoàng lê ép lấy nước, 100 chiếc lá tre tươi, sắc lấy nước, 30 đoạn rễ cây lau tươi dài 6 cm, giã mã thầy, giã nát, chắt lấy nước. Trộn tất cả các loại nước lại, cô đặc (đun nhỏ lửa). Mỗi lần uống 20 ml, mỗi ngày uống 3 lần.

Công hiệu: Bổ âm, sinh huyết, nhuận phổi, khỏi ho, thanh nhiệt, tiêu đờm.

- Chữa chứng âm hư, mệt mỏi, ho ra nhiều đờm rất hiệu quả.

Chú ý: Người mắc bệnh ỉa chảy không được dùng.

532. Nước địa hoàng tươi trộn đường phèn

Chữa trị: Lao phổi sốt nhẹ (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Địa hoàng tươi 500g, rửa sạch, chắt lấy nước, hòa với đường phèn hâm nóng uống. Mỗi lần uống 200 ml, mỗi ngày 3 lần. Cơn sốt lui thì ngừng uống, không được uống thường xuyên.

Công hiệu: - Thanh nhiệt, bổ âm, ra mồ hôi, mát máu.

- Chữa chứng máu nóng âm hư, sốt có hiệu quả.
- Có tác dụng chữa lao phổi, khạc ra máu.

533. Lươn nấu với rượu, giấm

Chữa trị: Lao phổi sốt nhẹ (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Dùng 500g lươn, cho vào rượu, giấm, một ít muối, nấu chín kỹ, ăn hết 1 lần trong ngày.

Công hiệu: Bổ hư, thanh nhiệt.

- Chữa sốt nhẹ, âm hư có kết quả.

534. Cao thiên môn, mạch môn

Chữa trị: Lao phổi, ho, trong đờm có máu (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Dùng thiên môn và mạch môn mỗi thứ 200g sắc kỹ, bỏ bã. Cho vào 60g bột xuyên bối mẫu, luyện mật thành cao.

Công hiệu: Khỏi ráo phổi, khỏi ho, thanh nhiệt, tiêu đờm.

- Chữa phổi, thận, âm hư, nóng phổi, mệt mỏi, ho ra máu có hiệu quả.

Chú ý: Những người ho dữ dội không được dùng.

535. Hoàng tinh sắc với đường phèn

Chữa trị: Lao phổi ho, trong đờm có máu (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Hoàng tinh 30g, trước tiên ngâm bộ vào nươc lã, cho vào 50g đường phèn, đun nhỏ lửa trong 1 tiếng. Ăn hoàng tinh, uống nước. Mỗi ngày 2 lần.

Công hiệu: Chữa khỏi chứng hư phổi, thận, sốt nhẹ, khạc ra máu, ho lao ráo phổi, sốt nhẹ, nhiều đờm.

536. Cao thanh hao, nhân sâm...

Chữa trị: Lao phổi, ra mồi hôi trộm (bệnh trạng: Sốt nhẹ vào buổi chiều, trong người cồn cào, tức ngực, sau nửa đêm tỉnh ngủ, ra mồ hôi ở ngực , thậm chí toàn thân toát mồ hôi, quần áo ướt đầm.

Sau khi ra mồ hôi, giảm nhiệt, cơ thể lạnh, mệt mỏi không thể chịu được).

Liều lượng, cách dùng: Thanh hao 500g, cho vào 100 ml nước sắc lấy nước, bỏ bã, đun nhỏ lửa cô lại còn 500 ml. Lấy 30g nhân sâm hoặc 60g đẳng sâm, sắc kỹ lấy 100 ml. Cho tất cả 500 ml nước thanh hoa, 100 ml nước sâm và 100 ml mật ong vào quấy đều, đun nhỏ lửa, cô đặc thành cao. Mỗi lần uống 20 ml, mỗi ngày 3 lần.

Công hiệu: Đại bổ nguyên khí, tăng cường khí huyết, sinh huyết, bổ âm, khỏi ra mồ hôi trộm.

- Có tác dụng chữa trị âm hư ra mồ hôi trộm sau cơn sốt.

537. Cháo gạo tẻ kỷ tử

Chữa trị: Lao phổi, ra mồ hôi trộm.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 100g kỷ tử tươi, 60 gạo tẻ.

Nấu thành cháo. Ăn vào 2 bữa cơm, ăn với cháo đậu muối.

Công hiệu: Bổ dưỡng gan, thận giảm nóng.

- Ăn liên tục nhiều ngày, có tác dụng chữa trị sốt nhẹ, mệt mỏi, suy nhược, bổ gan.

538. Cám tiểu mạch

Chữa trị: Ho lao, ra mồ hôi trộm (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Dùng 100g, cám tiểu mạch, 250g thịt lợn nạc, hành củ, muối vừa đủ. Thịt băm nhỏ, trộn cám tiểu mạch, hành muối làm

nhân bánh. Dùng bột gạo nếp nắm thành bánh. Hấp chín, ăn bình thường.

Công hiệu: Khỏi ra mồ hôi trộm và mọi chứng hư. Già, trẻ đều dùng được.

539. Tiểu mạc, cam thảo sắc với táo tầu...

Chữa trị: Ho lao, ra mồ hôi trộm (bệnh trạng như trên).

Liều lượng, cách dùng: Dùng 30g tiểu mạch, 10g cam thảo tươi, 5 quả táo, 20g hoàng kỳ, 30g cam thảo tươi. Cho vào 1000ml nước, sắc lấy 600 ml nước, chia làm 3 lần, uống hết trong ngày.

Công hiệu: Khỏi ho, khỏi ra mồ hôi trộm.

540. Hạt ngân hạnh ngâm dầu gan cá

Chữa trị: Lao phổi, ho.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 100 hạt ngân hạnh ngâm vào dầu gan cá trong 5 tháng trở lên. Mỗi ngày ăn 2 hạt trước bữa cơm.

Công hiệu: Khỏi ráo phổi, cắt cơn ho.

541. Nước lá hẹ hòa với đường đỏ

Chữa trị: Lao phổi, ho.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 lá hẹ, rửa sạch, giã nát, chắt lấy nước, hòa vào 1 ít đường đỏ. Mỗi ngày uống 10 giọt.

Công hiệu: Tiêu đờm, khỏi ho.

542. Lươn nấu với rượu

Chữa trị: Lao phổi, sốt, người gầy ốm.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 2 con lươn, bỏ ruột, cho vào 2 cốc rượu, 1 bát nước, nấu chín kỹ rồi cho muối, giấm. Ăn nóng, ăn hết trong 1 lần.

Công hiệu: Bổ hư, thanh nhiệt.

543. Cá tươi nấu canh gừng, táo tầu

Chữa trị: Lao phổi, sốt, người gầy còm.

Liều lượng, cách dùng: Cá tươi 1 con, gừng tươi 2 lát, táo 3 quả. Cá rửa sạch, bỏ ruột. Cho cá, gừng, táo vào 7 bát nước, sắc lấy 2 bát. Chia làm 2, ăn vào sau bữa sáng, chiều.

Mỗi tuần ăn 2-3 lần.

Công hiệu: Bổ phổi, thanh nhiệt, khỏi ho.

544. Thịt lợn nạc nấu với hành củ

Chữa trị: Ho lao, khạc ra máu, thổ huyết.

Liều lượng, cách dùng: Thịt lợn nạc 200g, 4 củ hành đỏ. Cho vào 2 bát nước nấu chín ăn.

Công hiệu: Thanh nhiệt, giải độc, mát máu, khỏi ho.

545. Râu ngô sắc với nước đường phèn

Chữa trị: Lao phổi, khạc ra máu, thổ huyết.

Liều lượng, cách dùng: Râu ngô 100g, đường phèn 100g, đổ nước sắc kỹ lấy nước uống.

Công hiệu: Mát máu, khỏi ho.

546. Ngó sen chấm đường trắng

Chữa trị: Lao phổi, khạc ra máu, thổ huyết.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 1 khúc ngó sen tươi, rửa sạch, thái lát chấm đường trắng ăn.

Công hiệu: Thanh nhiệt, sinh huyết, mát máu.

547. Canh lê tươi ngó sen, táo tầu...

Chữa trị: Lao phổi, trong đờm có máu.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 2 quả lê tươi (bỏ hạt), 500g, ngó sen tươi (bỏ vỏ), 1 quả hồng (bỏ tai), 10 quả táo (bỏ hột), 50g rễ lau tươi. Ngâm nước một lúc, sau đó đun sôi trong nửa tiếng, lấy nước uống.

Công hiệu: Nhuận phổi, tiêu đờm, cầm máu.

548. Chim cút hầm với bạch cập

Chữa trị: Bệnh lao phổi.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 1 con chim cút, làm sạch lông, bỏ ruột, 10g bạch cập. Ninh nhừ, bỏ bã thuốc, ăn thịt, uống nước.

Công hiệu: Nhuận phổi, khỏi ho.

549. Canh phổi lợn củ cải, lê

Chữa trị: Lao phổi, ho, trong đờm có máu.

Liều lượng, cách dùng: Phổi lợn 1 chiếc, củ cải 500 gr (bỏ vỏ), tuyết lê 3 quả (bỏ hạt), ngó sen 5 khúc, đổ nước vào nấu. Ăn thường xuyên.

Công hiệu: Tiêu đờm, khỏi ho.

550. Hoài sơn, tuyết lê trộn với mật ong

Chữa trị: Lao phổi, ho ít đờm, ôn hư, sốt.

Liều lượng, cách dùng: Hoài sơn tươi 500g (gọt bỏ vỏ, thái lát), tuyết lê 3 quả (bỏ hạt), mật ong vừa đủ. Cho hoài sơn, tuyết lê vào 2 bát nước sắc kỹ lấy nước, hòa mật ong vào uống nóng.

Công hiệu: Bổ hư, khỏi ho.

551. Sa sâm, ngọc trúc hầm với vịt

Chữa trị: Lao phổi, ho khan, sốt nhẹ, miệng khát.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng sa sâm và ngọc trúc mỗi thứ từ 30-50g, 1/2 con hoặc cả con. Vịt làm sạch lông, bỏ ruột, rửa sạch. Ninh nhừ trong 1 tiếng trở lên. Uống nước ăn thịt; có thể ăn vào 2 bữa cơm.

Công hiệu: Bổ âm, mát phổi, khỏi ho.

552. Ba ba hầm với hoài sơn long nhãn

Chữa trị: Lao phổi, sốt nhẹ, trong đờm có máu.

Liều lượng, cách dùng: Hoài sơn, long nhãn mỗi thứ 15 -25g, ba ba 1 con. Trước hết đem ba ba thả vào nước sôi, ba ba giãy chết, bài tiết hết phân, nước tiểu, sau đó mổ, rửa sạch, bỏ hết ruột, gan.

Cho ba ba (còn cả mai) hoài sơn, long nhãn, hấp cách thủy cho đến khi chín nhừ là ăn được.

Công hiệu: Khỏi ráo phổi, thanh nhiệt, tiêu đờm, khỏi ho.

553. Nam hạnh nhân, lá dâu nấu với phổi lợn

Chữa trị: Lao phổi, âm hư, sốt, ho khan, cổ họng khô, khạc ra máu.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng nam hạnh nhân 15-20g, lá dấu 15g, phổi lợn khoảng 250g. Ninh nhừ, lấy nước uống, phổi lợn ăn với cơm.

Chú ý: Phổi lợn, thái nhỏ, bóp rửa hết bọt nước.

Công hiệu: Thanh nhiệt, khỏi ho, cầm máu.

554. Hạt sen, hầm với thịt nạc

Chữa trị: Lao phổi, sốt nhẹ, ho khan.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng hạt sen, bách hợp, mỗi thứ 30g, thịt lợn nạc 200-250g. Ninh nhừ, cho gia vị vào ăn với cơm.

Công hiệu: Mát phổi, khỏi ho khan.

555. Tuyết lê, mộc nhĩ trắng sắc với xuyên bối mẫu

Chữa trị : Lao phổi, ho.

Liều lượng, cách dùng: Lê 1 quả, mộc nhĩ 6g, xuyên bối mẫu 3g. Sắc lấy nước uống.

Công hiệu: Khỏi ráo phổi, cắt cơn ho.

556. Bột thịt rùa

Chữa trị: Lao phổi.

Liều lượng, cách dùng: Lấy 1 con rùa còn sống, dùng đất sét dẻo bọc chặt lấy con rùa, đặt trên lò than, đốt cháy, tán thành bột. Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 1 li than rùa, uống với nước sôi. Mỗi đợt điều trị 5 ngày, điều trị liên tục nửa tháng sẽ thấy kết quả.

557. Gà gô hấp với ngọc trúc

Chữa trị: Người mắc bệnh lao phổi, cơ thể suy nhược, ho ra đờm đặc khó khạc ra, sốt về chiều.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng khoảng 15 g ngọc trúc, 1 con gà gô. Gà làm sạch lông, bỏ ruột. Cho ngọc trúc và gà hấp cách thủy.

Công hiệu: Điều trị 2-4 lần sẽ có hiệu quả.

Bài thuốc này có thể dùng điều trị bệnh tim, xơ cứng động mạch chủ do phong thấp ở người cao tuổi.

558. Gan gà hấp với vỏ sò

Chữa trị: Bệnh lao phổi.

Liều lượng, cách dùng: Đem vỏ sò đốt cháy, tán thành bột, mỗi lần dùng từ 1-9g, trộn với 2 lá gan gà. Hấp cách thủy.

Công hiệu:

- Bổ máu, bổ phổi, tiêu đờm, khỏi ho.

- Bài thuốc này còn có thể dùng điều trị bệnh tràng nhạc, bệnh cam trẻ em.

559. Hoàng tinh hấp thịt lợn nạc.

Chữa trị: Bệnh lao phổi, ho ra máu, cơ thể suy nhược.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 30-60g hoàng tinh, phổi lợn khoảng 120-150g. Hấp cách thủy ăn.

Công hiệu: Bổ trung, ích khí, nhuận phổi, cầm máu.

560. Lá hẹ nấu với sò biển

Chữa trị: Bệnh lao phổi, cơ thể suy nhược.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 100-150g lá hẹ, 150 - 200g thịt sò biển. Nấu chín kỹ. Ăn vào 2 bữa cơm.

Công hiệu: Nhuận phổi, ổn trung, bổ hư.

561. Bạch cập hấp với tổ yến

Chữa trị: Lao phổi, ho ra máu.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 6-9g bạch cập, 6-9g tổ yến. Hấp cách thủy, chắt lấy nước cho đường phèn vào, quấy đều, đun tiếp 15 phút.

Mỗi ngày uống 1- 2 lần.

Công hiệu:

- Khỏi ráo phổi, cầm máu.

- Bài thuốc này có thể dùng trị bệnh viêm phế quản mạn tính ở người cao tuổi.

562. Hoài sơn, hấp với lươn

Chữa trị: Bệnh lao phổi lâu ngày chưa khỏi.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 1-2 con lươn (khoảng 250g), hoài sơn bách hợp mỗi thứ 30gr. Lươn bỏ ruột, rửa sạch. Tất cả trộn đều, hấp cách thủy. Ăn hết trong một lần.

Công hiệu: Kiên tì, bổ phổi, nhuận phổi, khỏi ho.

563. Hoài sơn nấu với nước mía

Chữa trị: Lao phổi, ho.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 60g hoài sơn, giã nát trộn vào 1/2 bát nước mía. Hấp cách thủy.

Công hiệu: Bổ tì, khỏi ráo phổi, tiêu đờm, khỏi ho.

564. Nước lê hấp sữa mẹ

Chữa trị: Ho lao, cơ thể suy nhược.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng lê tươi ép lấy 100 ml nước, cho vào 100 ml sữa người. Hấp cách thủy .

Công hiệu: Bổ âm, khỏi ráo phổi, tiêu đờm, khỏi ho.

565. Sữa ngựa

Chữa trị: Bệnh lao phổi, ho.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 300ml sữa ngựa tươi pha vào một ít đường trắng, đun sôi, uống 1 lần.

Công hiệu: Bổ huyết, sinh huyết, khỏi ráo phổi, khỏi ho.

566. Canh thịt lợn nạc, ngọc trúc

Chữa trị: bệnh lao phổi, ho.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 300g ngọc trúc, 100-150g, thịt lợn nạc. Cho vào 4 bát nước, sắc lấy 2 bát, cho vào canh 1 ít muối. Ăn thịt uống nước.

Công hiệu: Bổ âm, khỏi ráo phổi, khỏi ho.

567. Trứng gà nấu với sữa đậu nành

Chữa trị: Bệnh lao phổi, ho.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 1 bát sữa đậu tương, đun sôi, đập vào sữa 1 quả trứng gà, quấy đều, cho vào 1 ít đường trắng.

Công hiệu: Khỏi ráo phổi, mát phổi, tiêu đờm.

568. Nam hạnh nhân nấu với phổi dê

Chữa trị: Bệnh lao phổi.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 30gr nam hạnh nhân, phổi dê khoảng 250gr. Phổi dê thái thành miếng, bóp rửa hết bọt khí, hầm với nam hạnh nhân.

Công hiệu: Khỏi ráo phổi, giải độc, tăng cường khí huyết.

569. Xuyên bối, tuyết lê nấu với phổi lợn

Chữa trị: Lao phổi, cổ họng khô, ho khan, khạc ra máu.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 10g xuyên bối mẫu, 2 quả tuyết lê, 250g phổi lợn. Lê gọt vỏ, thái miếng; phổi lợn thái nhỏ, bóp rửa sạch bọt. Cho nước vừa đủ, đun nhỏ lửa, sắc lấy nước uống (sắc trong 3 tiếng), có thể cho vào 1 ít đường phèn để uống.

Công hiệu: Tiêu đờm, khỏi ráo phổi, khỏi ho, điều hòa máu.

570. Đông trùng hạ thảo hấp với thịt vịt

Chữa trị: Bệnh lao phổi, ho, âm hư.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 1 con vịt đực, làm sạch lông, bỏ ruột, lấy 15 gr đông trùng hạ thảo (rau cải trời) cho vào trong bụng vịt. Hấp cách thủy. Khi ăn cho gia vị.

Công hiệu: Tăng cường khí huyết, tiêu đờm

571. Củ cải mật ong hấp cách thủy

Chữa trị: Lao phổi, cổ họng khô, ho khan, trong đờm có máu.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 1 củ cải to (khoảng 500 g) mật ong 60 g.

Củ cải rửa sạch, gọt vỏ khoét rỗng, cho mật vào trong bỏ vào một cái bát. Hấp cách thủy, củ chín là ăn được.

Công hiệu: Khỏi ráo phổi, cắt cơn ho, tiêu đờm, điều hòa khí huyết.

572. Bách hợp sắc với đường

Chữa trị: Lao phổi, ho khan, ho ra máu.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 10-15 gr bách hợp. Cho vào nước vừa đủ, đường 1 ít.

Sắc kỹ lấy nước uống.

Công hiệu: Mát phổi, khỏi ho, bổ khí huyết, cầm máu.

573. Đông trùng hạ thảo hấp với cuống nhau thai nhi

Chữa trị: Bệnh lao phổi, ho khan, cơ thể suy nhược.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 10-15gr đông trùng hạ thảo, cuống nhau thai nhi tươi 1/ 2 chiếc hoặc 1 chiếc thái nhỏ. Tất cả đem hấp cách thủy. Ăn 1-2 lần sẽ thấy có hiệu quả.

Công hiệu: Bổ phổi, thận, khỏi ho.

574. Cháo bột ngó sen

Chữa trị: Lao phổi.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 1 lượng vừa phải bột ngó sen khô, cho vào ít nước, quấy đều, đun sôi thành cháo. Trước khi ăn có thể cho vào 1 ít đường.

Công hiệu:

- Bổ khí huyết, bổ phổi.

- Chữa chứng viêm khí quản mạn tính, sốt nhẹ, ho có đờm đặc, khạc ra máu.

575. Con rết sao tán bột

Chữa trị: Bệnh lao phổi.

Liều lượng, cách dùng: Con rết bỏ đầu, chân sao vàng tán nhỏ uống với nước sôi.

Mỗi lần dùng 3-5 con, mỗi ngày 2-3 lần.

Công hiệu: Chữa bệnh lao viêm màng phổi.

576. Bột hải sâm, bạch cập, mai rùa

Chữa trị: Bệnh lao phổi.

Liều lượng, cách dùng: Dùng 500g hải sâm, 250g bạch cập, 1 mai rùa (nướng giòn). Tất cả đem sao, tán thành bột. Uống mỗi lần 25g, mỗi ngày uống 3 lần, uống với nước sôi.

577. Lươn hầm với xuyên bối, bách bộ

Chữa trị: Bệnh lao phổi.

Liều lượng, cách dùng: Mỗi lần dùng 250g lươn, 6g xuyên bối, bách bộ vừa đủ. Tất cả đem ninh nhừ ăn nóng.

PHỤ LỤC

PHƯƠNG PHÁP ĂN UỐNG ĐỀ PHÒNG VÀ CHỐNG BỆNH UNG THƯ CỦA NGƯỜI NHẬT

Toàn nước pháp đã thấy và nghe một giáo sư Nhật Bản trình bày trên truyền hình phép dưỡng sinh "Mầu nhiệm" mà căn bản là ăn gạo lứt và muối mè. Giới y khoa Pháp, các bác sĩ về chuyên môn dưỡng sinh, các bác sĩ chuyên trị bệnh ung thư và tất cả dân chúng Pháp không ngớt bàn bạc về phương pháp Macrobiotique của giáo sư Michio Kushi. Do đó báo Paris Match mới phái ký giả Sabine De La Brosse đến phỏng vấn giáo sư Michio Kushi tại viện nghiên cứu của ông ở Boston.

Kỹ thuật ăn uống có tiến bộ từ 50 năm nay thì bệnh ung thư cũng bành trướng từ 50 năm nay.

Vào tháng 8 năm 1982, toàn nước Mỹ chấn động vì một bài báo Life trên 8 trang giấy tường thuật trường hợp một bệnh nhân ung thư nặng được cứu chữa bằng phương pháp Macrobiotique: tại Philadelphia, một bác sĩ y khoa tên là Antony Satilaro loan tin rằng ông đã dứt bệnh ung thư nặng (khối u đã di căn toàn cơ thể) nhờ phép dưỡng sinh "Macrobiotique draconien" một phương pháp ăn uống loại bỏ tất cả thức ăn do động vật cung

cấp. Tháng 3 năm 1984, một lực sĩ trứ danh, 26 tuổi tên là Dirk Benedietos viết trên nhật báo Time rằng ông đã bị ung thư bọng đái, nay được cứu chữa nhờ phép dưỡng sinh của Michio Kushi. Vào tháng 7 năm 1984, tờ báo East West Journal có đăng một trường hợp tương tự. Một thương gia tên Norman Alnold sống tại Columbia bị ung thư gan: "Bác sĩ điều trị bảo tôi chỉ có thể cầm cự trong 6 tháng nữa thôi. Tôi đau khổ và tuyệt vọng, tôi đành chịu phép cầu cứu cuối cùng là ăn uống theo phương pháp Macrobiotique như bác sĩ Antony Sattilaro, nghĩa là từ nay tôi chỉ ăn những thức ăn từ thảo mộc và rong biển. Tôi tìm đến giáo sư Nhật Michio Kuski và ông này đã trị dứt bệnh cho tôi. Hôm này, tôi trở nên mạnh khoẻ, da dẻ hồng hào, tinh thần minh mẫn, tôi trở lại đời sống bình thường, làm việc, chơi thể thao, yêu đời, vui sống còn hơn xưa nữa".

Ba trường hợp trên gây ảnh hưởng không ít trong giới y khoa; các bác sĩ bệnh viện hết sức tin tưởng và cũng bắt đầu ăn uống theo phương pháp Macrobiotique. Rồi dân dần số người bệnh ung thư được chữa lành và thoát chết nhờ phương pháp Macrobiotique tăng lên không ngớt. Các trường đại học Harvard, Erooklyn, Cambridge, các viện nghiên cứu ở Hoa Kỳ và Trung Quốc hết sức tin tưởng vào thuyết "Giữ gìn sức khoẻ, tránh bệnh tật

bằng cách ăn uống".

Tại Boston, giáo sư Michio Kushi và phu nhân là bà Avelyn (chuyên dạy cách nấu bếp Macrobiotique) sống với 5 người con. Saibine De La Brosse ký giả của Pares Match, đến thăm giáo sư và phu nhân tại viện nghiên cứu của giáo sư. Sau đây là cuộc phỏng vấn:

S.B (Sabine De La Brosse) hỏi: Dân chúng đang chờ nghe giáo sư nói chuyện trên đài truyền hình về bệnh ung thư. Chẳng hay, theo giáo sư những việc nào làm cho con người mắc bệnh ung thư?

M.K (Michio Kushi) đáp: Chúng ta thường nghe nói "nạn nhân" của bệnh ung thư. Câu nói ấy có nghĩa là người mắc bệnh ung thư có cơ thể lành mạnh đáng lý ra không mắc phải bệnh ấy bao giờ. Ý nghĩa này không đúng mà còn vô lý nữa. Thành kiến cho rằng người mắc bệnh ung thư là nạn nhân, là kẻ vô phước, mắc phải bệnh hiểm nghèo và sẽ chết nay mai, nên bạn bè thân quyến đến thăm viếng, nuông chiều, tặng hoa, biếu kẹo bánh, sôcôla. Nạn nhân sẽ ăn, để rồi bệnh ung thư vì thế mà nặng thêm.

Sự thật khắc hẳn: Bệnh tật, trong đó có cả bệnh ung thư không phải hiện đến một cách vô lý như chúng ta tưởng, mà trái lại bệnh tật có lý do rõ rệt và đến một cách đương nhiên và hữu lý. Từ 50

năm nay, bệnh ung thư lan tràn, chúng ta hãy xét xem có cái gì thay đổi trong thời gian ấy? Kỹ thuật làm việc, môi trường sống và nhất là cách ăn uống có thay đổi nhiều. Khi xưa tổ tiên ta không ăn gạo say quá sạch, bánh mỳ quá trắng, không uống Coca, không ăn chất đường quá nhiều. Khi xưa không có chất hoá học thêm vào thức ăn như bột ngọt, mì chính, thức ăn được chế biến,... Thật ra, đến 90% thói quen ăn uống của chúng ta hiện nay có thay đổi hoàn toàn so với thế kỷ thứ 19, thời của ông bà ta. Nhân loại khi xưa đã sống qua hàng triệu năm bằng những món ăn đầy đủ chất bổ, gốc từ nông sản nguyên chất. Những thức ăn "văn minh" hiện nay bắt đầu gây tạo cho cơ thể ta những chất độc như chất dơ, chất ươn thối, chất hoá học, chất đường chứa đựng trong các bữa ăn của chúng ta. Chúng ta bài tiết chất độc qua đường tiểu, qua máu, qua mồ hôi, qua hơi thở, qua thể dục thể thao. Bởi vậy, từ lâu mỗi chúng ta đã nuốt vào cơ thể nhiều chất độc và làm tiêu diệt chất độc ấy bằng sự bài tiết. Nhưng khi số lượng chất độc quá cao, thì cơ thể làm sao tiêu diệt cho hết được. Thế thì rất đơn giản, cơ thể tự vệ bằng cách riêng: tiêu diệt chất độc bằng cách tự tạo ra một cơn bệnh, để đốt cháy chất độc quá nhiều cho cơ thể được rửa sạch và trở lại quân bình. Đó là thế thủ tự nhiên bảo tồn sự sống. Nhưng khi số lượng chất

độc quá cao so với khả năng bài tiết, nếu mỗi ngày chúng ta cứ tiếp tục nuốt vào cơ thể những thức ăn có hại hơn là có lợi (nghĩa là độc nhiều hơn bổ dưỡng), chúng ta ăn nhiều chất hoá học, chất đường, thịt thú vật, kem lạnh... thì cơ thể ta phải làm sao?

Nếu ta cứ tồn thêm chất độc thì cơ thể ta gom chất độc ấy vào một chỗ, ấy là bệnh ung thư hiện ra.

Nếu ta cứ tiếp tục ăn vào những chất độc, chất thừa (thừa calori) thì khả năng bài tiết do mệt quá thành bất lực (vì chất độc quá nhiều so với khả năng bài tiết) thì cơ thể ta chỉ còn phương cách cuối cùng để sinh tồn là gom những chất độc ấy vào một cơ quan của cơ thể thường là ở vú, bộ sinh dục, phổi... Những khối chất độc ấy ứ đọng thành những mạng mỡ dễ ung thối và ấp ủ vi trùng; vi khuẩn nảy nở thành khối u còn gọi là bướu (kyste, tumeur). Thế là bệnh ung thư xuất hiện.

Bệnh ung thư chỉ là một cách chống đỡ tự nhiên của cơ thể cứu vãn sự sống. Phương cách này tuân theo luật thiên nhiên không thể tránh được, luật này áp dụng cho tất cả sự vật trong vũ trụ.

Không có nạn nhân của bệnh ung thư mà chỉ có những kẻ tự tạo cho mình bệnh ung thư mà thôi. Khi người ta tiêu thụ quá số nhu cầu cho sự sinh hoạt của cơ thể, thì bệnh ung thư sinh ra để

che chở cho cơ thể.

S.B: vậy thì làm sao bây giờ, thưa giáo sư?

M.K: Nếu bệnh ung thư chợt đến, ta không nên quá chú tâm lo lắng cho khối u, mà ta phải để tâm xem xét đến thức ăn, sớm kiểm soát chất lượng và phẩm chất của thức ăn để số chất độc thặng dư tồn trữ trong cơ thể dưới hình thức của bướu sẽ bị tiêu diệt dần dần.

S.B: Giáo sư nói số thặng dư có trong quá khứ. Vậy thì trẻ sơ sinh nào có bao nhiêu chất độc mà cũng bị ung thư?

M.K: Những trẻ sơ sinh khi còn là bào thai được nuôi dưỡng bởi chất độc trong thức ăn của người mẹ.

S.B: Giáo sư đã nghiên cứu cách nào để khám phá ra điều này? Ông là một bác sĩ y khoa đã dầy công nghiên cứu?

M.K: Ông sẽ ngạc nhiên khi biết rằng tôi không hề tốt nghiệp y khoa mà tôi lại tốt nghiệp luật khoa ở đại học Tokyo, chính trị khoa tại Columbia Univercity tại New York và tôi có nghiên cứu nhiều năm triết học Đông phương, Đông y và phương pháp Macrobiotique. Tôi say sưa nghiên cứu phép dinh dưỡng. Tôi đã tìm cách thích nghi phương pháp dinh dưỡng với nếp sống của thế giới văn minh hiện đại. Sau đó, tôi dịch nhiều sách về ung thư trong 7 năm liền.

S.B: Xin giáo sư cho biết vài điểm thiếu sót và sai lầm trong ăn uống của thế giới hiện đại so với phép dưỡng sinh của ông bà ta thuở xưa?

M.K: Chúng ta đã bỏ quên một số bột chứa đựng nhiều khoáng chất như lúa mỳ, lúa mạch, bắp, các loại đậu (leguniaeuses) giầu sinh tố như đậu (poes, đậu lentilen...), chúng ta ăn quá ít rau, củ tươi như củ cải trắng, củ cải đỏ Pissenlita. Thức ăn của chúng ta hiện giờ chỉ toàn là thịt thú (thịt bò, thịt heo, gà, vịt, chim,). Tất cả các loại thịt thú chứa nhiều chất mỡ khó tiêu. Lại nữa, chúng ta chê bỏ dầu thảo mộc để ăn toàn mỡ thú (mỡ heo, mỡ bò). Còn về nước uống: toàn nước ngọt đựng trong hộp, trong chai như coca cola. Cách nấu nướng cũng thật sai lầm vì chúng ta loại bỏ hết vỏ, lá, rễ cây, ấy là những phần chứa nhiều sinh tố C, và để bù lại, chúng ta uống thuốc viên vitamin khó tiêu hoá hơn bội phần vitamin thiên nhiên. Lại nữa, gạo trắng ta đang ăn bị mất lớp vỏ chứa nhiều chất đạm, nhiều sinh tố và chất khoáng. Bánh mì trắng là một món ăn xấu nhất.

Ở Nhật Bản, nơi mà nếp sống càng ngày càng theo lối Mỹ, người ta thấy càng ngày bệnh ung thư càng có nhiều, nhất là bệnh ung thư bao tử vì người ta ăn nhiều thịt, trứng, phomat.

S.B: Tôi nghe nói, phụ nữ thường hay bị ung thư vú, có thực vậy không? Phương pháp

Macrobiotique có thể cứu họ không?

M.K: Có chứ, vì cách dinh dưỡng thanh đạm, ăn uống đúng cách, có mục đích lập lại sự quân bình của cơ thể. Nhưng bà ấy cần kiêng ăn thịt, có thể ăn cá thay vào, bớt ăn đường và phải kiêng uống rượu. Bù lại, họ nên ăn nhiều rau cải củ, rau cải đủ loại, rau tươi luộc chín (không nên ăn quá nhiều rau sống). Nếu người ta nhận thấy hiện nay ở Nhật Bản các bà bớt bị ung thư vú, ấy là nhờ các bà bớt ăn thịt heo, bớt ăn phomat, bớt ăn đường và bớt ăn dầu.

S.B: Xin giáo sư cho tôi một mẫu thực đơn Macrobiotique.

M.K: Được, tôi sẽ đề nghị như thế này:

- Bữa ăn điểm tâm: Dùng một chén bột lúa mạch với vài miếng mì đen và một tách trà (không ướp thơm).

- Bữa ăn trưa: Một món salade, một đĩa rau luộc chín, cá, bột mì nguyên chất (bột mì lứt) (nếu là người Âu), cơm gạo lứt (nếu là người Á), trà (không ướp hương). Người Pháp thích uống rượu nho, họ có thể uống vừa phải.

- Bữa ăn chiều: Xúp rau, đậu lentilen với poiseasses, cá, trái cây, bánh taeta aux pommer không có đường, salade trộn với dấm làm bằng ngũ cốc (đừng dùng dấm hoá học) và trộn với ít dầu thôi.

S.B: Giáo sư đã chữa lành bệnh ung thư bằng phương pháp Macrobiotique?

M.K: Tôi đã đạt được nhiều kết quả khả quan với phương pháp Macrobiotique. Hàng năm, tôi nhận lời chữa 3000 bệnh nhân và phần nửa là bệnh ung thư, có đến 40% số bệnh nhân ung thư đến giờ chót (vô vọng). Bác sỹ của họ đã chạy, họ không còn chút hy vọng sống sót, họ mới tìm đến tôi. Tôi có thể nói, phần nửa số bệnh nhân "chờ chết" ấy hiện nay đã bình phục hẳn, khoẻ mạnh và trở lại vui sống bình thường.

Trên đây mới chỉ là sơ lược phương pháp ăn uống để phòng và chống bệnh ung thư. Phương pháp này đang được áp dụng rộng rãi ở Nhật, Pháp và các nước Đông Âu. Ở nước ta đã có nhiều người áp dụng thành công phương pháp dưỡng sinh Ohsawa tự chữa bệnh thành công tốt đẹp.

MỤC LỤC

55. Uống tiết dê
56. Bạch cập, bao trứng bọ ngựa
57. Cá mực
58. Ngó sen, lá hẹ
59. Cá nheo hấp xôi
60. Rễ cỏ tranh, nước mía
61. Cá nheo hầm với đậu đen
62. Đường trắng, trứng gà
63. Xơ mướp
64.Tam hoa, nhị tử thang
65. Hoa tân di, trứng gà
66. Cỏ phượng vĩ, hải đới
67. Tổ ong
68. Sơn dược, tam thất
69. Mộc nhĩ, táo tầu gạo tẻ
70. Mộc nhĩ, táo tầu
71. Hoa mào gà trắng, trứng
72. Cuống lá sen
73. Nấu canh trứng gà với rau
74. Cây bấc đèn, sắc với mứt
75. Rau dền dại xa tiền thảo
76. Lá tre, bạch mau căn
77. Canh rau hẹ, tiết lợn
78. Cỏ phượng vĩ nấu với nước
79. Xa tiền thảo
80. Đậu giá đậu xanh, đường
81. Rễ, lá ngô
82. Ngó sen tươi nấu với bí đao
83. Mộc nhĩ đen sắc với đường đỏ
84. Vẩy cá chép, rượu
85. Cá diếc, đương qui
86. Gà đen, lá ngải
87. Cây đại kế (hoàng tiểu kế)
88. Bách thảo sương, đường
89. Mộc nhĩ trắng, đường đỏ
90. Quả hồng khô, rượu nếp
91. Bộc mực
92. Trứng gà, thủy trạch lan
93. Mật ong, hoa hồng
94. Đậu phụ, đường đỏ
95. Bột tam thất, ngó sen
96. Cây sen cạn, táo tầu
97. Gừng tươi, lá hẹ, sữa bò
98. Nước khoai tây
99. Mật ong
100. Cao sứa biển, táo tầu
101. Mật ong, cam thảo
102. Cháo gạo nếp
103. Thịt mèo
104. Nước gừng, sữa bò
105. Đảng sâm, gạo
106. Thảo quá, thịt bò
107. Lá cây ớt, trứng gà
108. Thịt rùa đen, dạ dày lợn
109. Rễ cây kim quất
110. Hồ tiêu trắng hấp táo tầu
111. Hồ đào, nhộng tằm
112. Thịt lợn nạc, quả xộp xộp

171. Cháo ngũ nhân, gạo tẻ
172. Cháo hà thủ ô, táo tầu
173. Cháo rau chân vịt
174. Củ cải tươi, cây phác tiêu
175. Nước lá hẹ, rượu
176. Sữa bò, mật ong, lá hành
177. Sa sâm, ngọc trúc
178. Mật ong, hoa kim ngân
179. Cà rốt chấm mật ong
180. Mã thầy, rau muống
181. Đường trắng, bột sắn dây
182. Hạnh nhân tuyết lê
183. Cháo khoai môn
184. Đỉa, đan sâm
185. Bột vẩy tê tê
186. Tiết ngỗng hoà với rượu
187. Cao vỏ lựu, mật ong
188. Canh đậu xanh, rau dền
189. Nước chè xanh pha giấm
190. Nước rau dền pha đường
191. Cháo gạo tẻ, rau dền tía
192. Chìm sáo đá, ngân hoa
193. rau rền, ngó sen
194. Long nhãn, nha đảm tử
195. Cháo gạo nếp, tỏi
196. Hoàng kỳ, ô mai
197. Nước tỏi, hoà với đường
198. Vịt hầm với gừng tươi
199. lươn, rượu nếp
200. ốc
201.Nước nho, gừng, mật ong
202. Cháo hạt sen, gừng tươi
203.Vỏ lựu, hồ tiêu, đường đỏ
204. Đậu xanh, gạo nếp
205. Trứng gà, giấm chua
206. Nước củ cải, gừng, chè
207. Rau hoa cúc, đường đỏ
208. Tỏi, đường trắng
209. Hạ khô thảo, thịt lợn nạc
210. Đậu tằm gạo, bách thảo
211. Nước quae mướp đắng
212. Nước quả mướp hào đường
213. Nước củ cải, gừng tươi
214. Đầu lươn, đường đỏ, rượu
215. Cá diếc, bột phèn chua
216. Tiết dê trộn giấm chua
217. Gừng khô, chè xanh
218. Cháo gạo nếp, gừng
219. Đậu bạch biển, lá hoắc
220. Rau dền, đậu xanh
221. Xa tiền tử
222.Gừng tươi, hoàng liên
223. Hoa Mộc miên, nước đường
224. Chanh ướp muối
225. Hoa trứng gà
226. Cháo rau dền
227. Cháo gạo sơn dược
228. Cháo nhân sâm gạo nếp

229. Cháo táo tầu, gạo tẻ
230. Cháo sớn dược, thịt dê
231. Cháo hạt sen, khiếm thực
232. Quả phật thủ nấu cháo
233. Mai cá mực
234. Sò biển
235. Tam thất hầm thịt lợn
236. Gừng tươi táo tầu
237. Hồ tiêu trắng hầm
238. Ô mai
239. Quả vải, sơn dược..
240. Bổ cốt chỉ hoàn
241. Trứng vịt, giấm chua
242. Bạch truật, màng mề gà
243. Bột gạo tẻ, nước gừng
244. Cháo đậu tẩm đường
248. Nước mía, nước ngó sen
249. Nước mía, mật ong
250. Nước lá hẹ, nước gừng
251. Đinh hương, tuyết lê
252.Cháo gạo, cà rốt
253. Cơm nước gừng, thịt bò
254. Thịt bò hồ tiêu
255. Cháo gạo nếp, tiểu mạch
256. Gừng khô, xa tiền tử
257. Nước chè, gừng
258. Thạch lựu
259. Nước chè, giấm chu
250. Nước tỏi

261.Gà mái vàng hầm hạt sen
262. Trứng gà, giấm chua
263. Rễ rau rền gai, củ cải khô
264. Rượu trứng gà
265. Quả cật lợn, cốt toái bổ
266.Cháo sơn dược, đường trắn
267. Cháo gạo nếp, hạt sen
268. Bột khiếm thực, phục linh
269. Hoàng kỳ , gạo tẻ
270. Táo, Màng mề gà
271. Bột gạo, bột mì sao vàng
272. Hạt sen
273. Cháo quả vải
274. Râu ngô, xa tiền tử
275. Nước mía, nước nõn ngó s
276. Hoàng kỳ nấu với cá chép
277. Sứa biển, mã thầy
278. Râu ngô, hoa hồi
279. Trư linh
280. Cháo cao lương
281. Cháo ngô
282. Giá đậu xanh
283. Cá Chuối nấu với đậu phụ
284. Hoàng kỳ hầm với cá diếc
285. Hoàng kỳ, phục linh
286. Bông mã đề
287. Hốt trượng, ngũ linh chi
288. Hoa bạch lan, thịt lợn nạc
289.Sơn nấm tử, cá nheo

290. Hạt sen, khiếm thực
291. Thịt hến, thịt lợn nạc
292. Ba kích hầm ruột gà
293. Nhân hồ đào, rau hẹ
294. Bổ cốt chỉ, bàng quang dê
295. Ruột gà, rượu
296. Bổ cốt chỉ, bàng quang lợn
297. Rau dền gai, củ cải khô
298. Thục phụ phiến, gừng
299. Đậu đen hầm thịt chó
300. Phụ tử, gừng tươi, thịt chó
301. Thịt rùa, gà trống con
302. Hạnh đào, nhộng tằm
303. Thịt bào ngư
304. Đinh hương, tai quả hồng
305. Rễ lau sậy, trúc nhự
306. Cháo tía tô
307. Tai quả hồng, đao đậu
308. Nước gừng tươi, đường
309. Tai hồng, gừng tươi
310. Quả hạnh đào
311. Rễ cỏ tranh, đậu đỏ
312. Râu ngô
313. Vỏ bí đao, đậu tằm
314. Phục linh, bột gạo, đường
315. Đậu đỏ, cá chép
316. Cháo ngân hạnh
317. Lạc nhân, cá chép
318. Sữa dê, đường trắng
319. Cá diếc, vỏ bí đao
320. Gà mái, hấp rượu
321. Đậu tằm, đường đỏ
322. Râu ngô, củ cải, chè
323. Trứng gà hấp lưu huỳnh
324. Thịt chó nấu cháo
325. Đậu đỏ, cá chép
326. Nho khô, vỏ gừng tươi
327. Lạc nhân, tỏi
328. Táo tầu, tỏi, lạc nhân
329. Đậu đỏ, bí đao, cá tươi
330. Tỏi, dưa hấu
331. Đậu đen, long nhãn táo tầu
332. Đậu tằm hầm với thịt bò
333. Giấm, hải đới
334. Vỏ đậu tằm, chè đỏ
335. Hạt khiếm thực hầm thịt
336. Dưa hấu
337. Rễ cỏ tranh, dứa tươi
338. Nhân trần, rễ cỏ tranh
339. Râu ngô, nhân trần
340. Cháo phục linh, đậu đỏ, ý dĩ
341. Rễ cỏ tranh tươi, thịt nạc
342. Thịt lợn nạc nấu với hoa cúc
343. Dạ dày lợn nấu với củ mã...
344. Quả thận gà, củ cải, trần bì
345. Cây dưa chuột nấu trứng
346. Cám gạo, trứng gà, mật ong
347. Cỏ xương gà nấu với ốc

406. Ngũ vị tử ngâm trứng gà
407. Ngọc trúc, sa sâm hầm vịt
408. Hạt sen, bách hợp hầm thịt
409. Đường trắng hấp với con dơi
410. Quả bưởi hấp với thịt gà
411. Cơm nếp, nước gừng...
412. Táo tầu, đường đỏ nấu bí
413. Quả trám, củ cải
414. Quả tim lợn nấu với muối
415. Mật ong hấp củ cải
416. Cúc vạn thọ sắc với đường
417. Lá chè nấu với trứng gà
418. Phổi lơn, rau diếp cá
419. Đông trùng hạ thảo...
420. Hạt dẻ, bí đao sắc với đường
421. Chim sẻ đường phèn hấp
422. Hạnh nhân hấp với quả lê
423. Hoài sơn hấp với nước mía
424. Nước gừng, hạnh nhân...
425. Đường phèn hấp quả hồng
426. Táo tầu, cam thảo
427. Đường phèn nấu...
428. Lạc nhân nấu với đường
429. Phổi lợn nấu với lá chanh
430. Canh rau cải trắng
431. Bột linh chi hấp với thịt lợn
432. Đông trùng hạ thảo
433. Hạt dẻ hầm với thịt lợn nạc
434. Dầu vừng nấu với thịt dơi
435. Gừng tươi sấy với hồng khô
436. Cá diếc ăn với gừng bán hạ
437. Bạch cập hấp với tổ yến
438. Trứng gà nướng bọc cóc
439. Kẹo hạnh nhân
440. Nhân quả thông
441. Cháo trứng gà ngân hành
442. Nấu cháo lá tía tô
443. Cháo gạo nếp với gừng
444. Bột đình lịch nấu táo tầu
445. Cao hạnh nhân, mật ong
446. Cháo cao đông a bổ phổi
447. Cao hoàng kỳ, cam thảo
448. Hồ đào sắc với nhân sâm
450. Nhân quả hồ đào
451. Canh củ cải trứng gà
452. Hạt củ cải sắc hạnh nhân
453. Bột mai mực trộn đường đỏ
454. Quả hạnh đào
455. Gà mái đen nấu với giấm
456. Gà mái vàng hấp với bột
457. Hạnh nhân đắng
458. Trứng gà ngâm nước đái
459. Vừng đen, gừng tươi...
460. Trứng gà nấu với hoa...
461. Thịt chó nấu với phụ phiến
462. Nhai nuốt vừng, gừng tươi
463. Vỏ quả bưởi nấu...
464. Trứng gà xào rau hẹ

465. Táo tầu nấu với bí ngô
466. Bột chuột bao tử
467. Bột con dơi
468. Cháo bột gạo, lợn bao tử
439. Tinh hoàn lợn uống với rượu
470. Phổi lợn nấu với ngũ vị tử
471. Dương vật con hươu...
472. Giun đất khô sắc với lá dâu
473. Hải mã sắc với đương quy
474. Vịt trắng hầm bồ đào
475. Ngân hoa, mật ong
477. Rễ cỏ tranh sắc với nước sen
478. Uống nước rễ lau, tuyết lệ
479. Cháo gạo tẻ, nhân sâm
480. ý dĩ với bách hợp
481. Phổi lợn nấu với ý dĩ
482. Hạ khô thảo nấu thịt lợn
483. Gừng nấu với chao đậu
484. Cao long nhẫn, sâm mật
485. Bối mẫu tuyết lê
486. Đu đủ hấp với mật ong
487. Củ cải, hồ tiêu gừng tươi
488. Phổi lợn củ cải nấu...
489. Quả cật lợn đậu đen trần bì
490. Hạnh nhân, lá dâu, phổi lợn
491. Mộc nhĩ trắng, bách hợp
492. Vừng đen, đường trắng
493. Uống nước mía, mã thầy
494. Tuyết lê, xuyên bối mẫu

495. Tuyết lê nấu với phổi lợn
496. Kiếm hoa nấu với phổi lợn
497. Chao đậu, hành, đậu phụ
498. Trứng gà hầm với giấm
499. Bồ công anh nấu với thịt lợ
500. Rau mùi đường mạch nha
501. Gà mái đen hầm với giấm
502. Trứng gà ngâm nước đái tr
503. Lạc nhân táo tàu mật ong
504. Mộc nhĩ trắng nấu đường
505. Nước rau cần
506. Hoài sơn long nhãn ba ba
507. Mật ong hấp với bột xuyên
508. Sa sâm ngọc trúc thịt vịt
509. Bột ngó sen uống với mật
510. Quả la hán hầm phổi lợn
511. Nước ngó sen nấu mật ong
512. Hạt dẻ tươi hầm thịt lợn
513. Chuối tiêu hấp đường phèn
514. Táo tàu nấu với đường
515. Nam hạnh nhân hầm phổi
516. Tuyết lê hấp đường phèn
517. Trứng gà nấu sữa đậu lành
518. Củ cà rốt sắc táo tàu
519. Xuyên bối mẫu hấp mật or
520. Củ cải hấp mật ong
521. Cao gừng tươi mật ong
522. Bắc hạnh nhân hấp tuyết l
523. Quả hồng hấp đường phèn

577 BÀI THUỐC CHỮA BỆNH THƯỜNG GẶP

NHÀ XUẤT BẢN THANH NIÊN - 2001

Chịu trách nhiệm xuất bản
BÙI VĂN NGỢI

Biên tập: LÊ HÙNG
Trình bày: QUỐC ANH
Bìa: NGỌC TRIỆU
Đọc bản in: LÊ HÙNG

In 600 bản, khổ 13 x 19 tại Nhà máy in Sách giáo khoa Đông Anh Hà Nội. Giấy trích ngang kế hoạch xuất bản số : 227/ 153 CXB In xong và nộp lưu chiểu tháng 2-2001.



PHÁT HÀNH TẠI :

Nhà sách Hoàng Minh
Số 9A Trần Quý Cáp - Hà Nội
Điện thoại : 04.

